তাইবং খুম্বিরোল

(অহানবা শরূপ)

[illegible] ইবোবী সিংহ

১৯৬৪. জানুৱারী

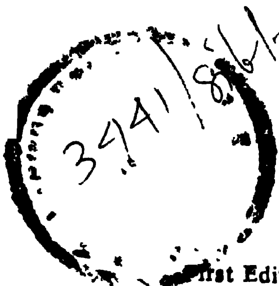
তাইবং পুঞ্জিরোল

অহানবা শরুক

ডাঃ মাইবম ইবোবী সিংহ

শগোলবন্দ, নেপ্রা মেনজর লৈকাই

ইম্ফাল।



First Edition— 1000 Copies
Price :— Rs. 30/- (Thick cover)
Rs. 20/- (General)

Printed at ;
The Eastern Bharati Printing Works
Terakeithel, Imphal.

লাইগী খুয়াদ তানখ্রব পরমারাধ্য
শ্রীল ৺নীলকমল সিংহ পাতৃদেবগী
খুয়া থম্বালদ

ইপা হবুঙো,

অতাং ওৎরিবৈগী মতমদা ইপা ইবুঙোগী নাক্ত ফমজবগ বৈষ্ণব ধর্ম্মগী অবাংব পাওতাক কয়া তাকাপবগা, ভক্তি শাস্ত্রগী মক ওইরব শ্রীশ্রীগোপালদেববু উপাসনা তাকপিরব তৌইগুম্বসুং পুন্নমক অহবু ঐন তাইবং ওইবগী পওবন, পুন্নমক অহুগী মহে অহু মতমচাল পিতৃদেববু উচ্ছব ঙমখিদবগী মরম মতম কুইন অবাব পোৎলুম অম ওইন পুন্থন লৈজররক পওলব নচা !

ওসিদগী চহি নিকুম্নোমগী মমাওদ লাইগী খুয়াদ তানখ্রব পিতৃদেবঃ অবাব, খুদোংথীব কয়া, সংসারগী পাপ কয়া, তোম্নব ওক্তব নচান, কথ ফত্তবনিন কোকথক তাহুন থংমাই কান্নরব, নচান, ইপা ইবুঙোগী শ্রীচরনবু কাওজদবদগী অবাব কয়াহু কোকচরে ! ইপা ইবুঙোম তাকপি তথীরম্বগী মহে ওরন, ওাস তোম্নব নচান, তাইবং মীগী পুন্থিরোল অহানব কোম জীব পানবগী মশক তাকপ, তাইবং মাগী পুন্থি মুংশাংন পান্নব মরম তাকপ লাইরিক মচা মসিম ইপা ইবুঙোগী খুয়া থম্বালদ কচ্ছরি ।

ইতি—

মপোক কন্নব তোম্নব নচা ।

হিরম–লামায়

হায়জনিংবা খরদং

সত্য, ত্রেতা, দ্বাপুর, কলি যুগ মরিনি। যুগ মরি অসিগী মনুংদ সত্য, ত্রেতা, দ্বাপুর যুগ অসি অসিগী মীওইবশিংদি লমচৎ শাজৎ য়াম্না ফজরম্মী, জীব পানবা মশক মুম্না খঙনরম্মী। অচৌ পিশক অচৎ চত্ত হায়না লৈবিব জীব খুদিঙমকপু য়াম্না লুন তৌমরম্মী। কদৌডৌদম্না ওইদবরা হায়রমদে, চাহৈদবা পোৎ অমত চান্নরমদে য়েংহৈদবা মিৎয়েং অমত য়েংনরমদে, মরম অদুন মতম অদুগী মীওইবশিংগী পুক্তিদি চহি লিশিং লিশিংদগী হেন্না পুক্তিনরম্বই।

সত্যদ খবাই অসি শদোংদ লৈরম্মী, ত্রেতা যুগত খবাই অসি শকদ লৈরম্মী, দ্বাপুর যুগত খবাই অসি উনশাদ লৈরম্মী, মতম অদুদদি চাব থকপগী বাখলসি খোইন লৈনরমদে, কংলগ চাব ফংদ্রগন চাদন অদুম লেনবা ঙম্মই। মত। অদুগী মীওইবত নত্তন বনগী শা, উচেক কাওবন তাইবংমীগী মতৌগুম বা ওাঙনবা য়ারম্মী। মতম অদুগী শা, উচেক কাওবন অচুম্বা তৌনরম্মী, ওইদবরা অসি অমত হায়নরমদে।

পুরানগী বারিনি।— থারন মমাঙৈদ মাল্যবান কৌব য়াম্না নিওংখিজত্রব বন অমগী মনুংদ সূর্য্যকান্ত মনি মকোক্ত পূব অজগর্ অমং লৈরম্মী নোংমহাক মপুক লাম্নহন লমহুই অমোম অমগী মমাঙদ নাগী মখি অদু থজ্জন মচিৎজাক খিব চংখিরম্মী।

মতম অহমক্তদ চন্দ্রসেন কৌব নিংথৌ অমন বন অহদ শা ত্তানব লাক্লমই। নিংথৌ অহুন মনি অহুবু উকরগী য়ায়পাম্লহন লমহুই অমোম অহুগী মকমদ হায়জখি; ঐহাক মনি অসি লৌব্রগে, নত্তন হোরেন অজগর অহুন লাক্লগ কনান লৌখিবনো ঐহাক খত্তে হায়ন খর থুখিবু, ঐহাক্ক নত্তগীদমক নপুঙ্খিহুম্ল চানব নিত্তি নিত্তিগী কায়দন পীগনি। নিংথৌহুগী বা তারগ লমহুই অমোম অহুম হায়খি, জীবগী চানব হায়বসিদি জীব অহুন হিংলিবমথৈ শোয়দন ভগবাম্ন য়াত্তন পীরগদবনি, ঐগী ইপুক্কীদমক ওইদব বা হায়বসি তম্মোই। মত্ত নিংথৌ নত্রা? লৈবাক প্রজাবু অচুম্ব ত্তাক্লিব, অরানব মীবু মত্তিকচাব দণ্ড পীক্লিব; করিগীদমক ওইদব বা হায়রি? নত্তন মনি অসিবু পুখিবদ ঐ করি অমত্ত হায়রোই, নত্তন পুখিব য়াগনি হোরেন অজগর অহুন লাকপ মত্তমদ চন্দ্রসেন নিংথৌন নত্তগী মনিহ লৌব্রবনি হায়ন আশংব তমগনি। লমহুই অমোম অহুগী মথা ফাবদ নিংথৌ অহু ইকাইখিবদগী বা অম ফাওব ত্তাওখিত্রে মনি অহুবু লৌদন শাত্তানবা তোক্লুম মথুমদ হনখি। মেং মতম অহুগী লমহুই কাওবন ওইদব বা ত্তাওখিদে।

বিন্দুঃ করোতি সর্ব্বেষাং সুখ দুঃখস্য সংস্থিতম্,
সংসারিণাং বিমূঢ়ানাং জরা মরণ শালিনাম্।
অতঃ শুভকরো জ্ঞেয়ো যোগিনা মুক্ত যোক্তৃভিঃ॥

শিবসংহিতা।)

বিন্দু কৌবনি হৌবচাংগী শুক্রবু বিন্দু কৌই। জীব পোকপগী মহাক্নি। জীবন পুষ্টিবগী মহাক্নি। জীবন শিবগী মহাক লৈত্রগ শিবনি। মীওইবগী পুষ্টি অসি মচোন্দগী থেংকপ তাক্কনি। তাইবং মীওইবন মায়া অমসুং অহংকারনা শুমহৎখিবন পওচিন অরোইবদ শুক্রবু চাং হেন্না মাওহনখিবদগী অনাব. অশিব হায়চিন পুষ্টি মাওখিব অসি মাবু থৌওইদবদা থোকপনি। যোগীশিংন ব্রহ্মচার্য চত্তুনা শুক্রবু য়োকখত্তুনা থম্বদগী কলিগী তেনগ্রব চহি ১০০ অসিদগী হেন্না চহি ৪০০/৫০০ হেন্না পুষ্টিব ভুন্নিবনি। মরম অদুন মতম শাংনা নাদ য়েক্কন পুষ্টি সুংশাংনা লৈনিংলবদি শুক্রবু য়োকখত্তুনা থম্বিযু।

কলিযুগ অসিদি অরোইব যুগনি। যুগ অসিগী মীওইবগী থৱাইদি চাক. শেলগদ লৈ; পুষ্টিগী তেনগ্রব অকক্কব চহি ১০০ থক্তনি। চহি ১০০ অহংগী মসুংদ তৌগদব থবক্তি য়াম্না য়ামগে। চহি ১০ অমন অতাং ওইহন কুরিগী শওবনা লেপ্লে. চহি ৬০ অমমন যৌবনগী ঈবাংদ তাওহনলেপ্লে. চহি ১২ অমন য়ুম পান্দুনা অতাং সুবা পোক্কুনা শেল তান্দুনা লেপ্লে. চহি ১০ অমন মখোইবু মীওইনক শেমগৎনা যোক্কপ লেপ্লে। অরোইবা চহি ১২ অমন অহল ওইরগনা থবক ইথাং শুব চৎপ ওয়দনা করদনা লেপ্লে। চহি ৫০ অমদি ওইদবত তাংচন ওক্তব থবক তাক্ক, তৌনা চাহৈদব চিন্তাক কয়া চাং তৌহৈদব থবক কয়া তৌ লোংহৈরব পাংথোক কয়া য়েং. কত্তব

লমচৎ ভাক চত্নবা শুক্রবু চাং হেন্না মাঙহল্লে, নেশা কয়া চাহন পঙচা চা পঙতুম ভুম তৌদুনা লেনবদগী মতমগী মমল খঙজহন ইশাবু ইশান মাঙহনজবনি মতম হায়ব অসিদি পুথিনি হায়বসিম মতম থুদিঙমক্ত কাওবিরোইদবনি ।

অরেম্বদ মাঙখ্রিব চহি অসিবু মতৌ করম তৌরগ কনব ঙমগদগে হায়ন য়ায় মুন খন্নজরগ য়ায় কুপ থিজিনহন অযাম্ব শাস্ত্র পুরান, সংহিতা যোগ শাস্ত্র, আয়ুর্ব্বেদ শাস্ত্র কয়াদগী মচং মচঃ ওইব কারণদবশিং খল্লংচরগ, ঐহাক্ক চহি ৪০দগী হেন্না লায়েংবগী থবক্ত চক্চরকপগী ফংজহৌব প্রাকটিকেল নোলেজ থরগন পুথিশরগ লাইরিক মচা অসিম ওইন থোকখিবনি । মকওইনদি লাইরিক মচা অসিগী মখুংদ য়াওরিব নিয়মশিং অসিদি মীওইবগী পুথিগী মখুংদ চৎকদব লম্বী ভাক্কনি । নিয়মশিং অসবু কায়দন চৎপ ঙম্নবদি মাঙখ্রিব পুথিগী শরুক অদদগী থরুং কনব ঙমগনি হায়বদগী লাইরিক মচা অসিগী মমিং তাইবং পুসিরোল অহানব শরুক হায়ন থোক্কবনি । মথংদ অনিশুব শরুকশু য়ায় থুন ফোঙজরগনি ।

লাইরিক ১চা অসি ভাকক অহুম থোকচৈ । অহানব ভাক ক্রা তাইবং জীব পানব শেমকপ, মী পোক্কপ, মীওইবগী হকচাং অসি ওইরকপ মতমদ চঙব পোৎচংশিং, হকচাংগী মখুংদ আম্বাগী লৈশম ভাকপ, ষট চক্র ভাকপ, খবাইগী মশক কঙনব ভাকপ,

হকচাংবু পুম্নিব মুংশিংকী মমিং লৈকম অমম্নুং থবকশিং/অনিশুব তাঙ্কক্তা নাদ য়েক্কন পুম্নিমুংশাংন লৈনবগী পান্নবশিং, মীওইবন নিতিগী চৎকদব য়াহিপ চাকচা, করম্বা পোৎ চারগ হিঙ্গনি, চারোইদব চিঙ্গাক্ক করি করিনো? চাং হেন্ন চাকবদগী নারকপ কোক্কব পান্নব। অহুম শুরকপ তাঙ্কক্তা মুংশিংকী অকুপ্প মরোল তাকপ, হোৎনিব স্বপ্ন আসগী মশক থাকপ, থাবলগী মতুং ইন্ন স্বরগী লৈফম তাকপ স্বরন মীওইহবু নাগনি নারোই তাকপিব খুদমশিং, যাত্রা তৌনবগী অকুপ্প মরোল স্বব তত্বগী মশক তাকপ পরিশিষ্টদ মনা মশিংগী হিদাক্ক কান্নব মরমশিং।

ঐাদ অপডবনি শাস্ত্রস্থ হেৎনব ভাগি জ্ঞানস্থ য়াওদব শাস্ত্র তোল্লব মাওই অমনি। ঐগুম্বন লাইবংমাগী পুঙ্গিরোল ইগনি হায়ন তৌবিব অসি তমাঙবন ফোশুন চরা নোঙখনৈ হায়বা অদুগুম্বনি মসিদ তথানবন কেংগা অশোয়বন চবুল চবুল থেন থোংনবিগনি। অহুম ওইননক মান খঙদবগী তৌবনি হায়না খন্থবিরগ ডাকপিগনি নিঙজে। অশোয অরান তাকপিরক্লনি হায়ন আশা তৌজরি।

দীনতম

লেখক।



Late DR. M SHYAMKISHORE SINGH
Senior Lecturer D. M. College of Science
Expired on 22nd March 1991

Published by :— M. MOMO SINGH
S/o. Late M. Shyamkishore Singh
For the Memorial of his Deceased Father.

TO,

Mr./Miss/Mrs.

of

চাইবং পুন্সিরোল

অহানবা শরুক

অহানবা তাঙ্কক

জগৎ শেমবা

তাইবংপানবগী মপু ইবুঙোন মথন্তু লৈবদগী, মুঙাইকম খঙহনহন জগৎ জীবপানব শেম্নগে খল্লহন গুনতবঙদ বাখল ভোৎলন লৈখি। অহানবমক্তুদ মহক্কী বাখলদগী মহৎ তত্ত্ব কৌব গুণ অম পোকখি। মহৎতত্ত্বগী বিকারদগী সত্ত্বঃ, রজঃ, তমঃ হায়ব গুণ অহুম থোরকখি। গুণ অহুম অহুনা পুনশিল্লগ অহঙ্কার কৌব গুণ অমা থোরকখি।

অহঙ্কারদগী অতিয়া (অহাঙব) পোকখি।

আতিয়াদগী নুংশিৎ পোকখি।

আতিয়ানে, নুংশিৎনে অনিন চায়নরগ মৈশা পোকখি।

আতিয়ানে, নুংশিৎনে মৈশানে অহুম অহুন চায়নরব মতুংদ ঈশিং পোকখি।

আতিয়ানে, নুংশিৎনে, মৈশানে, ঈশিংনে মরি অহুন চায়নরবা মতুংদা পৃথ্বী (লৈবাক) পোকখি।

১। আকাশকী গুণ :— শব্দ (খোঞ্জেল) গুণ অমা।

২। মুংশিংকী গুণ :— স্পর্শ (শোকপ থঙনব) শব্দ স্পর্শ গুণ ২।

৩। মৈশাগী গুণ :— রূপ (পোংকী মশক মওং) শব্দ, স্পর্শ, রূপ গুণ অহুমনি।

৪। ঈশিংগী গুণ:— রস (মহাও) শব্দ, স্পর্শ, রূপ, রস গুণ মরিম্নি।

৫। পৃথীগী গুণ :— গন্ধ(মনম) শব্দ, স্পর্শ, রূপ, রস, গন্ধ গুণ মঙানি।

হৌজিক্কী গুণ তরামঙা অসি কংলবনিন জীব পানবা শেম্ব য়ারগনি থল্লহুন, জীব পানবা মখল অহুম শেম্নগে থল্লহুন জীব মখল অহুম শেমখি—

১। মন্ত্রদগী পোকপা জীব

২। মন্ত্রমদগী পোকপা জীব

৩। গর্ভ পুরগ পোকপ জীব,

জীব মখল অহুম শেমখি।

ভাইবং মপুন থনখি ; জীব অসিদি চায়গা হিংগদবনি, অদুন জীব শেমজিনৈদে জীবগী চানবা চিজাক্লা হায় শেম্বন

চুমই হায়না খল্লহনা অহানবদা মরু পুথোক্লে। মরু মহু লৈপাক্তা থাদহনা থমলে, অহগা মরু অহগী মন্নুংদ তাইবং মপুনা চঙ্ শিনখ্রগা থুপ্পুনা লৈখি। তাইবং মপুন চঙখিবদবগী পোকপ, চাওব, শিব হায়ন শাইওন অখম পুথোক্লুন মরুদগী হৌব পাম্বী হায়ন খঙনখি। মহুদি— উ, উপি, নাপীশিঙবী, মনামশিঙ, হিদাক-লাংথক অসিনি। মখোয়ন তুংদ শেমক্‌দৌরবা জীবশিংগী চানব চিঞাক অমদি হিদাক ওইনখি।

মথওদ মরুমদগী পোকপ জীব পুথোক্লে মহুদি— তীল কাও, উচেক, বাম্বা, হওোই, চুম চানচিংব অসিনি; মখোইগী চানব চিঞাক মরুদগী পোক্লকপ জীবশিংন অহুম ওইহল্লে।

মথওদ মখোং মপ্পি পানবা জীব শেমলে, মখোই অসিদি গর্ভ পুরগা পোকপা জীবনি মহুদি— যুমশা, লমশা, যণ, শগোল, কৈ, নোংশা, য়োং, লমহুই, হুই, হৌদোং অসিনচিংবশিং অসিনি। মখোয়গী চানবা চিঞাকস্থ মরুদগী পোক্লকপ জীবনা অহুম ওইনখি। থ্বাইগী মমৈদ তাইবং মী শেমলে; তাইবং মীগী মন্নুংদস্থ শাইওন অহুম পুম ওইহনখি। হায়বদি, অহানবদ মরুগী শরুম ওইহন গর্ভ মন্নুংদ চঙখি, মথংদ মরুমগী শরুম ওইহন লৈখি, মীমথও হকচাং কয়াৎ পাল্লক্লুন মীওইবগী শরুম অসি ওইরকপনি।

মতাং অসিদা শ্রীমদ্ভাগত কী শ্লোক অমদা অহুম হায়রি—

চুড়াশী লক্ষ যোনিভ্রমন্ ।
স্থাবর ত্রিংশ লক্ষশ্চ, জলর্যোমব লক্ষকঃ ।
কৃমিয়ো দশলক্ষশ্চ, রুদ্রলক্ষশ্চ পক্ষিনৌ ॥
পশবোবিংশলক্ষশ্চ চর্তু লক্ষস্তু মানবা
এতেষু ভ্রমনং কৃত্বাক্রদিজত্ব মুপজায়তে ॥
মনুষ্য দুর্লভং জন্ম যদি স্যাৎকৃষ্ণসাধকঃ ॥

তথাহি শ্রীমদ্ভাগবতে দশম স্কন্ধে প্রথম অধ্যায়ে শুকদেব পরীক্ষিদ্বক্তং নিবর্ত্যত স্বৈরূপ গীয়মানদিতিশ্লোকস্য ব্যাখ্যা গোস্বামী নোক্তং ।

কিঞ্চ শ্রীশ্রীচৈতন্য চরিতামৃতে মধ্য খণ্ডে শ্রীরূপ গোস্বামী প্রতি শ্রীকৃষ্ণচৈতন্য বাক্যম উনবিংশ পরিচ্ছেদ :

স্থাবর হায়বদি উ, বা, নাপীশিংবীনচিংবা লেংব-ওৎপা ওমদবা লৈপাক্তগী হৌরকপ জাবশিংগী মপোক লক্ষ কুন্থ । অম, মথংদ ঈশিংদা লৈব জীবশিংগী মপোক লক্ষ মাপল অমা, মথংদ তীল কাংগী জাৎ মপোক লক্ষ তরা অমা, মথংদ উচেক্কী জাৎত মপোক লক্ষা তরামাথোই অম, মথংদ মখোঙ মরি পানব যুমশা লমশানচিংবগী মপোক লক্ষা মরি অম ; মতৌ অসিগুম মমা লক্ষা মরিফুমরি চৎলিবা জীবশিংগী মপোক্কি : মহাজ্ঞানিশিংন জাকপিরম্বদি মপোক লক্ষা মরিফু হেক শুবদা মণগী মপোক ওইন পোকই । মণগী মপোক অহু হেক লোইবগা মীওইবগী মপোকসি

চুমই হায়না খঙহনা অহানবদা মরু পুথোক্লে। মরু অমু লৈপাক্ত থাদহনা থমলে, অমুগা মরু অমুগী মমুংদ ভাইবং মপুনা চঙশিন-গা থুবুনা লৈখি। ভাইবং মপুন চঙখিবদরুগী পোকপ, চাওব, শিব হায়ন শাইগুন অহুন পুথোক্লুন মরুদগী হোৎ পাখী হায়ন খওনখি। মহুদি— উ, উরি, নাপীশিঙবী, মনামশিঙ, হিদাক-লাংথক অসিনি। মখোয়ন তুংদ শেমকদৌরিবা জীবশিংগী চানব চিঞ্জাক অমদি হিদাক ওইনখি।

মথংদ মরুমদগী পোকপ জীব পুথোক্লে মহুদি— ভীল কাঙ, ঈচেক, বায়া, হঙোই, চুম ভানচিংব অসিনি; মখোইগী চানব চিঞ্জাক্ল মরুদগী পোক্লকপ জীবশিংন অহুম ওইহল্লে।

মথংদ মখোং মরি পানব জীব শেমলে। মখোই অসিদি গর্ভ পুরগা পোকপা জীবনি মহুদি— হুমশা, লমশা, যগ, শগোল কৈ, নোংশা, য়োং, লমহুই, হুই, হোদোং অসিনচিংবশিং অসিনি। মখোয়গী চানবা চিঞাকস্তু মরুদগী পোক্লকপ জীবনা অহুম ওইনখি। খ্বাইগী মমৈদ ভাইবং মী শেমলে; ভাইবং মীগী মমুংদহু শাইগুন অহুম পুম্ন ওইহনখি। হায়বদি অহানবদ মরুগী শরুম ওইহন গর্ভ মমুংদ চঙখি, মথংদ মরুমগী শরুম ওইহন লৈখি মমৈখরুদ হকচাং কয়াৎ পাম্লকুন মীওইবগী শরুম অসি ওইরকপনি।

মতাং অসিদা শ্রীমদ্ভাগতকী শ্লোক অমদা অসুম হায়রি—

চুড়াশী লক্ষ যোনিভ্রমন ।
স্থাবর ত্রিংশ লক্ষশ্চ, জলর্যোনব লক্ষকঃ।
কৃমিয়ো দশলক্ষশ্চ, রুদ্রলক্ষশ্চ পক্ষিনো ॥
পশবোবিংশলক্ষশ্চ চতুর্লক্ষশ্চ মানবা
এতেষু ভ্রমনং কৃত্বাদ্রদিজত্ব মুপজায়তে ॥
মনুষ্য দুর্লভং জন্ম যদি স্যাৎকৃষ্ণসাধকঃ ॥

তথাহি শ্রীমদ্ভাগবতে দশম স্কন্ধে প্রথম অধ্যায়ে শুকদেব পরীক্ষিদুক্তং নিবর্ত্তত্য স্বৈরূপ গীয়মানদিতি শ্লোকস্য ব্যাখ্যা গোস্বামী নোক্তং ।

কিঞ্চ শ্রীশ্রীচৈতন্য চরিতামৃতে মধ্য খণ্ডে শ্রীরূপ গোস্বামী প্রতি শ্রীকৃষ্ণচৈতন্য বাক্যম ঊনবিংশ পরিচ্ছেদ ।

স্থাবর হায়বদি উ, বা, নাপী, শংবীনচিংবা লেংব-ওৎপা ওবদবা লৈপাক্তগী হোৎকপ জীবশিংগী মপোক লক্ষা কুন্থ্রা অম মথংদ ঈশিংদা লৈব জীবশিংগী মপোক লক্ষা মাপল অমা, মথংদ তীল কাংগী জাৎ মপোক লক্ষা তরা অমা, মথংদ উচেকী জাৎত মপোক লক্ষা তরামাথোই অম মথংদ মখোও মরি পানম য়ুমশা লমশান চিংবগী মপোক লক্ষা কুন অম ইকোন কোনবদ তাইবং মীগী মপোক লক্ষা মরি অম; মতৌ অসিগুম মমা লক্ষা মরিফুমরি চৎলিবা জীবশিংগী মপোক্লি ; মহাজ্ঞানিশিংন তাকপিরবদি মপোক লক্ষা মরিকু হেক শুবদা মণগী মপোক ওইন পোকই। মণগী মপোক অদু হেক লোইবগা: মীওইবগী মপোক্লসি

লাকই হায়নৈ। মতৌ অসিগুম্ন অমুক বান, তাঙন কংগ্রবা মীওইবগী মপোকসি কংলিডে অসিগী ভক্তি মার্গদ চঙশিন্দুন শ্রীকৃষ্ণগী চরণ কংজনব তাঙহৌবন খ্বাইদগী হেন্ন তোংজবনি।

মমা লক্ষা মরিফুমরিগী মপোক লৈ হায়বসি শ্রীমদ্ভাগবতকী তরাগুব স্কন্ধগী অহানব অধ্যায়দ শ্রীশুকদেব গোস্বামীন পরীক্ষিত মহারাজগী মফমদ লীবিখিব মথকী শ্লোক কী ব্যাখ্যাদ অমন শ্রীশ্রীচৈতন্য চরিতামৃতগী ময়াইগী খণ্ডদ শ্রীকৃষ্ণচৈতন্য মহাপ্রভুনা মনাই শ্রীরূপ গোস্বামীগী মফমদ তাকপিখিব তরামাপলগুব পরিচ্ছেদ কী শ্লোক মশীং ১৩৯।১৪০ দ শন্দোকপা ব্যাখ্যাদ য়াগুরি।

তথাহি: বিষ্ণু পুরাণে প্রথম অংশে ১৯ অধ্যায় ৮৭ শ্লোক—

দেবা, মনুষ্য পশবঃ পক্ষীবৃক্ষ সরীসৃপা।
রূপমে তদনন্তস্য বিষ্ণো ভিন্নমিবস্থিতম্॥

শ্লোক অসিগী মরমদ খন্নসি—অচৎ-চঙ অচৌ-পিশক হায়গুন পৃথিদ লৈরিব জীব খিবিক অসি তাইবং শেষ মপুগী শরুম ঙাক্তুনি, মরমদি জীব খুদিঙমকী মনুঙদ তাইবং মপুনী পিকপ্রবা মঙালগী মরিক অমনা তঙন ঙান্দুন লৈবদগী জীবশিংন হিংগুন লৈরিবনি। মরম অহুমগী জীব খুদিঙমক অসি তাইবং শেষ মপুগী শরুম ঙাক্তুনি হায়বদ হায়মনবা থোক্লোই; মরম অহুন

অচৎ-চগু অচৌ-পিশক হায়বগুন লৈরিবা জব খুদিংমকপু য়াম্ন লুন, ইচিন-ইনাও, মরুপ মপাংগুম্ন চোৎনগনি, কদোইদগুম্ন মখোয়বু তাথিব তৌবিরোইদবনি। মখোয়শিং অসি অচৌ-পিশক্কনি জীবগী জীব অম্মানি, তাইবং মপু ভগবানগী মফমদদি জীব খুদিংমক অসি অমত্তনি, হায়বদি অম্মানি।

অহুগ মরম অমদন তাইবং মপুন শেম্নকপ মফমদ ঈগান হায় লৈপাক্কগী হৌরকপ পাম্বীশিং অসিবু জীবগী চানব চিঞাক অমদি জীব হিংনবগী হিদাক লাংথক ওইন শেমগ্রবনি, মরম অদুন ঙম্মি হায়দুনা মরম ইচা-চাদন মখোয়বু ককথৎ-যান্থৎপ হৌমদে। মখোয় অসিম্ন জীব অমনি হুংশা স্বয় হোল্লিবানি, মশাদ ঈ চেল্লিবনি, মশাদ অনাব চৈনাখোল ফাওরিবনি, অকিব, অশাওব পোক্লিবনি হায়ব অসি ঐখোয়ন য়াম্ন মুম্ন খঙ্গরুদদুনা তৌবনি। প্রমাণ, উদ ঐখোয়ন থাঙন য়াদুবু মতমদ, উ অদুগী মশাদগী থোরকইবা মহি অদু মখোযগী মশাদ চেল্লিবা ঈ নি, অদু ওইরবদি মখোযগ তাইবংমী ওইবগ করি খেন্নরি।

মসিগী মরমদ শন্নম্ন য়ারী অম ঈদ পাঠকশিংন মুম্ন খঙ্গবিব য়াই—ইংখোল্দা হৌবা য়োংচাক পাম্বী অমগী য়ারীনি—য়োংচাক পাম্বী অমন হাম য়াম্ন পাল্লম্বদগী করিদু ইতৌ তৌদনা চহি অনি অহুমলোম পাম্দরে। মতম অসিদ নিপা অনিন মুম্ন তাম্নরগ নিপা অমন মকোক কোয়েৎ অম য়েৎলগ শিঙজং অম পায়দুনা য়াম্নগদবগী মখোঙদ চঙশিল্লগ অতোপ্প নিপা অমদুনা ইমুংদগী

থোরক্লগ নঙন তৌগদৌরিব অহ্ করিনো হায়ন হঙ্গনি। শিঙজং পায়রিব নিপা অহনা থুমগনি, যোংচাক পাম্বী অসে তাইবং মপুন মহে পাল্লগ জীবগী চানব চিঙ্গাক ওইনব শেম্মলগা মঙাক করিগ্ন ইতৌ তৌদনা চহি ২'৩ অসি জীবগী চানব মহে পান্দ্রে অহন কামদ্রে যাম্বংলগ শিঙ ওইরগে তৌবনি। মতোপ্প নিপা অহন হাইবক্কনি মাইখো : ঐ অমুক্ত মাগ বা অমা ভাংনখিগে হায়হন যোংচাক মখোঙদ চংলগ হায়গনি, তাও যোংচাক ঐ বা অমা নাংথন্দ হায়গে, নঙবু তাইবং শেম্বা মপুন মহে লিংথিন পাল্লগ জীবশিংগী চানব চিঙ্গাক ওইন শেম্মকপ নত্রা ? অহুদি নঙ কবিগাদমক পান্দ ? অহন ঐ বা অম হায়গে তাও, ঙসিগী মুমিস্ত নঙ শোযদন শিবমগদবনি অহুৰ ঐন নঙগী নথ্বাই কনবীরবনি। ওল্লকপা চহুদ নঙন নহে লিংথিন পান্দুন জীবশিংগী চানব চিঙ্গাক পীদ্রবদি ঐন নঙবু য়াল্লগ শিঙ ওইহনগনি ; মসি নঙ শোয়দন যারেদনা ? য়াবে, যারে হায়নরগ থনমগনী। ওল্লকপ চহীদগী হৌন যোংচাক পাম্বীহ্ ওকশোয় শোয়দন পানগনী। মসী থাজদবা মীশিংন অমুক্ত চাং য়েংবিযু।

মমাঙৈগী বারী অমনা :— খৃষ্টাব্দ ১৮৯৬ তা ডাঃ সার জগদীশচন্দ্র বোসন লণ্ডন্দগী থোরক্লগ ইহান হায় "বেতার" যন্ত্র পুথোকখি। যন্ত্র অসিদি বায়ার অমত য়াওদন ইলেকট্রিকী পাঙ্গলতন মিংন উবা ঙদদব পোৎপু উব ঙব, অরাপ্প তাব ঙমরোইদব

পাওবু ঈশ্বায় লায়ন তানব যন্ত্রনি। যন্ত্র অসিগী চাংয়েংব মতমদ নিপা অমন শিঙজং অম পায়রগ উ অমবু য়ানগদবগী থোরাং তৌহল্লগ য়েংবদ যন্ত্র অহুগী মতেংন উ পাম্বী অহু কিখিবদগী মশা পূম্ব থক থক নিক্লমই; মহু উরুবদগী মৈপাক্লগী হৌরকপ পাম্বীশিং অসিনু তাইবংমীগুম্ন অকিব, অবাব, অনাব খঙব মথবাই পানব জীব অমনি হায়বসি পুথোকখি। মবম অহুন হৈরা, এঙ্গাং নাপী, হিদাকুচিংব হেকপ ফুকপ মতমদ মথোযগী মকমদ নিঙথিন হায়জগনি। "নঙোন্দ তাইবং মপুনা পীরকপ জীব হিংনবগী শক্তি অহু ঙসি নঙোন্দগী খয় নিজগে, নঙন মহু ঐঙোন্দ খব পীবিয়ু" হায়ন নিঙথিন হায়জবগ হেক্রবদি মথোইমু মপুক্লিং রারৌরোই মরম পূন্নমক্তমু কান্নগনি। অদু নত্তন ঙম্মি হায়হুন ননহুন ককথং য়াম্বংলবদি জীব অম হিংসা তৌবগী যান্ন চ ওগ্রব দোষ অম লৈগনি।

জীব তত্ত্ব

ভক্তিগী লম্বিদ চংলিব বৈষ্ণবশিংন ঐখোয় মীওইবগী হকচাং অসিবু চৌরাষি ক্রোশ নিত্য বৃন্দাবন হায়ন কৌই। মরমদি মামী অহুগী মশা চাউর পীকপগী মতুং ইন্ন মাগী মাগী মশাগী খুদোল ৮৪ আস শোয়দন বাংগনি, মরম অহুদগী চৌরাষি ক্রোশ বৃন্দাবন কৌবনি।

নিত্য বৃন্দাবনগী অর্থন দেহে (হকচাং) অসিগী মমুংদ য়াম্ন পীকথ্রব ভগবানগী শক্তিগী মঙাল মন্নিক অমন তত্তন লেঙদন

মতম খুদিংমক্ত ভান্দুন লৈরি হায়বগীদমক নিত্য বৃন্দাবন হায়ন কৌবনি।

তাঈবং মীওইবা খুদিংমক অসি হেক গর্ভ পৃখিবদগী হুয়েং অত্তিমগী (অরোইব) মতম ফাওবসিদ মনিং মখল দগা খোক্না খোল্লি মহুদি :— (১) স্থুল জীব (২) তটস্ত জীব (৩) বদ্ধ জীব (৪) মুক্ত জী (৫) সুক্ষ্ম জাব হায়ন অসিনি।

(১) **স্থুল জীব :—** ইমা ইপাগী রজ বীর্য অনিন তিমরগ গর্ভ মমুংদ চওখিব মতমদ ইকা ফান মওং মরিন নাইদন লৈরিভৈগী মতম অহুবু স্থুল জীব হায়ন কৌই।

(২) **তটস্ত জীব :—** গর্ভ মমুংদ লৈরিভৈগী মতম, ইন্দ্রি তরাদি গুন পাল্লব মগুণদি লৈত্রিভৈগী মতম অহুবু তটস্ত জীব হায়ন কৌই।

(৩) **বদ্ধ জীব :—** সংসারদ খোরক্লগ অভাং ওইরিভৈগী মতমদ ইমা ইপাগী মতেংন হিংহুন লৈরিভৈগী মতম অহুবু বদ্ধ জীব হায়ন কৌই।

(৪) **মুক্ত জীব :—** জীব অহুন গুরু থিজবগন গুরুগী কৃপান সংসার মখাগী লাং অপুনবদগী লাম্বোক্লব ভাব ফংজরব মতম অহুবু মুক্ত জীব হায়ন কৌই।

(৫) **সুক্ষ্ম জীব :—** জীব অহুন শ্রীকৃষ্ণবু নিঙজরহুন ইবুঙোগী মনাই ওইজরহুন ভজন সাধন তৌজহুন শ্রীকৃষ্ণগী মফমদ ভক্তি প্রেম নিংথিন পোকচরব মতম অহুবু সুক্ষ্ম জীব হায়ন কৌই।

মীওইবগী হকচাংসি ওয়রক্নপ মতমদ চঙব পোৎচঙশিং

তাইবং মীওইবা হায়ব অসিগী হকচাং অসি ওয়ররুব শেম্নকপা মতমদ মরুওইব পোৎচঙ অহুমথক চঙই মথদি—

১। ইমাদগী ফংব পোৎ

২। ইপাদগী ফংব পোৎ

৩। ঐগী কর্ম্মদগী ফংব পোৎ

হায়রিব পোৎচঙ অহুমথক অসিনা পুনশিল্লগ মীওইবগী হকচাংসি ওইরকপনি।

ইমাদগী ফংব পোৎ :— খম্মোই, খোইদো, অমাংথোঙ, পৈ, ফিয়াক, চাকখাও, অমাংবগী মরী, ঈ, মতোং, ঈশং মবী, শরু মসুংদ চেল্লিব মরাম থাও পুম্নমক অসিন ইমাদগী ফংব পোৎনি।

(২) ইপাদগী ফংব পোৎ :— ঈচেন্নব শিংলি, অচৌব মচা, শুক্র, শিংলি (Nerve) জ্ঞান পোক্লব শিংলি, খুজিল, য়া, শম, তু, শরু পুম্নমক অসন ইপাদগী ফংব পোৎনি।

(৩) ঐগী কর্ম্মদগী ফংব পোৎ :— খঙননব পাঙ্গল, রাখল, অফ-ফত্ত, অরাব, পুংচাইব পুম্নমক আসন ঐন তৌজরকপ কর্ম্মদগী ফংব পোৎনি।

ঐগী হকচাং অসি ইমা ইপাগী শরুজন ওইরকপনি অহুগীস্ত মথক্ত ঐ অসি ওইররুব শেম্নকপা মতমদ ইপান থা অনি য়াম্ন রান পুবিরকই, অহুগী মতুংদ ইপান ইমাগী মফমদ শিম্নবিহুন

ইমাগী মবুক মঙ্গুংদা থা তরা মশাগী ঈ পীথক্তুন কয়া যান পুবিরকপা, তাইবং থোয়রুব কাওবদ ইমাগী ঈ, থোম থক্তুন হিংলকপনি, ঐগী হকচাং অসি ইমাগী ঈ ঙাক্তনি। ঈ থক্তুন হিংলকপনিন ঈগী লম্মন শিঙ্গদবনি। অহুগীম্ব মথক্তা ইপান ঐবু চাওনব য়োকপিরে, লমচৎ-শাজৎ, ইহৈ-ইশিং তম্বীহ্নন মী অম ওইনব শেম্বীবে।

মখোয়গী লম্মন, মচা ওইব ঐখোয়ন য়াম্ন চাওন তোম্বিবনি, হন্দকী মপোক অসিদ তোল্লিব লম্মন অসি শিংব ওইরগনি হাযব নিঙদে। মবন অহুন মখোযম অহল ওইরক্লব মতমদ এ.খাৎন অমুক হন্ন নমা মপা শাহ্নন নিঙথিন পীজ-পীথক তৌহ্নন মখেৎগা। মপুঙ্গং পেন্নবা সেবা নিঙথিন তৌব অসি মীওইবগী থা.দ.কপ য.এব মথৌ অমান। মতম খুদিঙমক্ত মখোয়বু মিৎন উব অশেংব তাঙ্ক অমনি থম্ম ভক্তি অমস্থং সেবা তৌজগদবনি। মখে যনা প্যুারং পেল্লবদি লাহ খুদিঙমক্কম্ব পেনবী হায়ন অয়াম্ব শাস্ত্রদ নযেন লান হাব। মমা মপান মমিৎত মপি তাহ্নন, য়াম্ন মুগাহখিত্রব মচা অহুন মপোক অসিমগী মুঙাইব হায়বহ ফংদরোহৈবনি মসি পূম্নমক অসিবু মুন্ন থম্বরগ ইমা অমস্থং ইপাবু মিৎন উব অশেংব লাইমকনি খম্ন মতম খুদিঙমক্ত সেবা নিঙ-থিন তৌজব অসি মীওইনা পোক্লকপ ঐখোয়গী তৌদবী য়াথিব ইথৌ অমান।

তথাহি চৈতন্যরত্নাবলি :—

পিতা মাতার সেবাই মহৎ আদর্শ।
রাম কৃষ্ণ গৌরাঙ্গ সবই এই পথের পথিক॥
মাতৃভক্তগণের প্রভু হন শিরোমণি।
সন্যাস করিয়া সদা সেবেন জননি॥

ইপা অমসুং ইমাগী সেবা তৌব হায়বসি মীওইন পোকপ-শিংগী ভৌদবা য়াদবা মথৌ অমনি। রাম, কৃষ্ণ, গৌরাঙ্গ হায়হন অবতার তৌরিব ঐখোয়গী লম্বী অহংগী লম্বেল চৎপ অমনি। শ্রীকৃষ্ণচৈতন্য মহাপ্রভু হায়ব অসি মমানিঙবশিংগী কোকথকী মনিনি, লম্বোইরব কাওবদ নীলাচন্দ লৈন-লৈন মমাগী সেবা ভক্তন তৌরি। মমা মপাগী সেবা নিঙথিন তৌজরিব ভক্তশিংগী মকথদ শ্রীভগবান পেনবিহন মতম খুদিংমক্ত থৌজালবি।

ভৌতিক দেহে

মীওইবগী হকচাং অসি পঞ্চভূটন শারকই হায়বদগী হকচাং অসিবু ভৌতিক দেহে হায়ন কৌই মহুদি :— (১) আকাশ (২) নুংশিং (৩) মৈ (৪) ঈশিং (৫) পৃথ্বী, মঙা অসিন পূনশিনগ শারকপনি হায়হন ভৌতিক দেহে হায়ন কৌই।

পঞ্চভূতকী গুণশিং

(১) আকাশকী গুণ :— (শব্দ) খোঙ্গেলনি। মচুন মখু মচুনি। হকচাংদন নাকোংদ লৈ।

(২) নুংশিংকী গুণ :— (স্পর্শ) শোকই হুযবখঙবনি। মচুন শং নৈ। হকচাংদন উঅশাদ লৈ।

(৩) মৈগী গুণ :— (রূপ) পোংকা মশক মওংনি। মচুন অঙাঙবনি। হকচাংদন মিত্তা লৈ।

(৪) ঈশিংগী গুণ :— (রস) মহাওনি। মচুম ভৌরুনৈ। হকচাংদন লৈদা লৈ।

(৫) পৃথ্বীগী গুণ :— (গন্ধ) মনমনি। মচুনা নাপু মচু মাল্লি। হকচাংদন নাতোন্দ লৈ।

পঞ্চ ভূটতগী ওইরকপ মীওইবগী হকচাংগী শরুকশিং

(১) পৃথ্বীদগী হকচাংগী শরু, শদোং, খুজিল, তু, শম, উনশা অসিন পৃথ্বীদগী ওইবকপনি।

(২) ঈশিংদগী হকচাংগী ঈ, শুক্র, থী, যুং, মরেক মহাও অসিন ঈশিংদগী ওইরকপনি।

(৩) মৈদগী হকচাংগী মৈশা, অরাম্ব, খৌরাংব, তুম্ব, তমব, চাব তুম্নবগী পাঙ্গল অসিন মৈদগী ওইরকপনি।

(৪) নুংশিৎতগী হকচাংগী লেংঙ ওৎপগী থবক, চৎপ, কপ্পা, থবক নোম্বা, পায়শিনবা, চপশিনব, থাংদোকপা, তিংথোকপ, পুম্নমক অসিন নুংশিৎকী থবকপনি।

(৫) আকাশতগী হকচাংগী অপাক, লৈহৌব, ঈকাইব, নুংশিব অশাওবা, শুমহৎপ অসিন অকাশতগী ওইরকপনি।

ইন্দ্রি তত্ত্ব

অহঙ্কার হায়বা গুণ অদুদগী হকচাংগী ইন্দ্রি তরা পোকখি মথক্তি:— মিৎ, নাকোং, নাতোল, লৈ, উনশা, খোঙ, খুৎ, চিন, অমাংথোং, লিঙ্গ তরা অসিনি।

মখোই পুম্নমক অসিবু অনৌক হন্না শকক তনি থোক্লা খাইদোক্লি (১) জ্ঞান ইন্দ্রি অমদি কর্ম্ম ইন্দ্রি হায়ন।

১। জ্ঞান ইন্দ্র:— মিৎ, নাকোং, নাতোল, লৈ, উনশা মঙা অসিবু জ্ঞান ইন্দ্রি হায়ন কৌই।

২। কর্ম্ম ইন্দ্র:— খোঙ, খুৎ, চিন, শৌজ, লিঙ্গ মঙা অসি কর্ম্ম ইন্দ্রি হায়ন কৌই।

জ্ঞান ইন্দ্রি

(১) মিৎন অফ-ফত্ত পুম্নমক য়েংনব, উনব ইন্দ্রিনি।

(২) নাকোংন অয়িং, অশা, খোজল পুম্নমক তানব ইন্দ্রিনি।

(৩) নতোলন নুংশিব, নংখিব মনম খঙনব স্বর হোন্নব ইন্দ্রিনি।

(৮) লৈন অছিনব, অফরুপ, অথাব, অযাকপ অথুব মহাও খঙনবা ইন্দ্রিনি ।

(৫) উনশান হকচাঙগী মকম খুদিংমক্ত শাকপ থেংনচিংব হকচাংদ শোকই হাংব খঙনব ইন্দ্রিনি ।

কর্ম্ম ইন্দ্রি

(১) চিন্নফ-ফন্ন বাবী শাব নাম শোনব, ঈশৈ শকপ, বা ঙাঙব পুানক তৌনব ইন্দ্রিনি ।

(২) খোঙন হঙ্গং-হন্দা চংপ, ফম্ব, লেপ্প হোগং হোথ পুন্নমক তৌনব ইন্দ্রিনি ।

(৩) খুংনা পোং পাযব, লৌখোক লৌশিন তৌব, চাইখাইব খোমজিনব ফত্তব পোং হন্দোকপ চানব পোং তৌনব ইন্দ্রিনি ।

(৪) শোজন হকচাং মমুংদগী ফত্তব পোং অমাংব হকচাংগী মপান্দ পুথোক্কব ইন্দ্রিনি

(৫) লিঙ্গন হকচাং মমুংদগী শুক্র, হকী ঈশিং, হুপাগী থাম্ব খোঙকাপ ঈ পুথোকপ, অঙাং পোকপ, জীবগী মম্ব পুথোক্কব ইন্দ্রিনি । লিঙ্গ মথল অনীনি স্ত্রীলিঙ্গ, পুংলিঙ্গ অসিনি ।

হকচাংবু পুন্সিত আত্মাশিংগী মমিং অমসুং ৌফম

ঐখোয় মীওইবগী হকচাং অসি আত্মা মঙাখক্তা পুন্সি মহৌদি :— (১) জীবাত্মা (২) ভূতাত্মা (৩) পরমাত্মা (৪) আত্মারাম (৫) আত্মারামেশ্বর মঙা অসিনি।

(১) জীবাত্মা :— জীবাত্মান শোঁচখোঙ থম্বাল মনা মরি পানবা চক্রদা লৈ। মহাক্কী শক্তিদি হিংনবগী শক্তিনি। মহাক্তি মশক মওং নাইদে মহাক্কী চিঙ্খাক্তি ঈশিংনি। মচুনা ঈগুম ঙাংই। মহাক্না থবক্তি সংসারগী ভাব অপূম্বা পুবগী থবক্নি। মহাক্কী ভাব অতম্বা ভাবনি। মাবু শুম্মংপদি অপাম্বা মিহৌবন মাবু শুম্মংলি। শ্রীকৃষ্ণগী নাম শোনবনা মাবু কাম্বনি।

(২) ভূতাত্মা :— ভূতাত্মান চনিঙ থম্বাল মনা তরুক পানবা চক্রদা লৈ। মহাক্কী শক্তিদি অনি তাইশিন্নবগী শক্তিনি। মহাক্তি বদ্ধজীবনি মচুনা জমন মচুনি। মহাক্কী চিঙ্খাক্তি পঙচাদ চাব অসিনি। মীওইবগী য়েক্রুব তরুক অসিবু মথৌ শঙবা অসিনা মহাক্কী থবক্নি। য়েক্রুব তরুক, কাম, ক্রোধ, লোভ, মোহ, মদ, মাৎসর্য অসিনি। মহাক্না পাম্বদি নাম, মন্ত্র সাধন তৌবসি পাম্মি। মহাক্কী ভাবতি দাস্যজীবনি, নাম তাবদি য়াম্না পাম্মি।

(৩) পবমাত্মা :– পরমাত্মান খে ইদৌ থম্বাল মনা তরা পানব চক্রদ লৈ। মহাক্কী শক্তিদি মাযা শক্তিনি। য়াম্ন কুণ্ডলব জীবনি। মচুন নোংথাং মচুনি। মহাক্কী চিন্তাক্তি ধ্বংশিং নত্তন অতৈ অম চান্দ অক্ষ-ক্ষত্র বাখল মণ্ডল মণ্ডল থনবসিনা মহাক্কী থবক্লি মহাক্কী ভাবতি সাখ্য ভাবনি। বাখলদ মাগী চঙফম্নি।

(৪) আত্মাবাম :– আত্মাবামন থাম্মাই থম্বাল মনা তরা-নিথোই পানব চক্রদ লৈ। মহাক্কী শক্তিদি চিত্ত শক্তিনি। লৈকম্ন পুক্নিংগ বাখলগী মিতৈ তোইনফমদ লৈ। মচুন ভৌরোক চৌই। মহাক্কী হরিনামামৃত নত্তন অতৈ অম পামদে। মহাক্কী থবক্কি মতম খুদিংমক্ক স্তুতিইদুনত লৈবনি। মহাক্কী ভাবতি বাসল্য ভাবনি। প্রেমদ মহাক্কী চঙফম্নি।

(৫) আত্মাবামেশ্বব :– আত্মাবামেশ্বরন থৌরি অকুৎপ থম্বাল মনা তরা তকক পানবা চক্রদ লৈ। মক্কম অমদন উজ্জল রস থম্বাল মনা লিশিং অম পানব কোকথক্ত লৈ। মাগী ভাবতি মধুর ভাবনি শক্তিন হ্লাদিনী শক্তিনি। জীবন মুক্ত জীবনি। মচুন শংবান্নৈ। চাবনা রসামৃত নত্তন অতৈ অম পামদে। হরিনামামৃত শ্রীকৃষ্ণভজন তৌবসিন মহাক্কী থবক্লি।

ষট চক্র

ঐখোই মীওইবগী হকচাং মক্কুং অসিদ চক্র তরুকথক লৈ। মহবু ষটচক্র হায়ন কৌই। চক্র হায়বদি জ্ঞানগী মক্কওইন

শিংলিন পূনফমু চক্র হাযন কৌই।

(১) আজ্ঞা চক্র (২) বিশুদ্ধ চক্র (৩) অনাহত চক্র (৪) মণিপুর চক্র (৫) স্বাধিস্থান চক্র (৬) মূলাধর চক্র তরুক অসিনি।

১। **আজ্ঞা চক্র** ঃ— পিশুম অনিগী মরক নাথাও অকুৎপদ লৈ। থম্বালন মনা অনি পালি। মযেক হ, ক্ষ নি। মচুন অঙৌবনি পঞ্চভুট, ইন্দ্রি তত্ত, চিত্ত অমসুং পুক্নিংগী লৈফাম। মসিবু ত্রিবেনী নত্রগ ত্রিকুটি হায়ন কৌই। ইডা, পিঙ্গলা, সুষুম্নাগী পূনফম্নি।

২। **বিশুদ্ধ চক্র** ঃ— খোবি চরন অকুৎপদ লৈ। থম্বাল মনা তরাতরুক পালি। ময়েক অ, আ, ই, ঈ, উ, ঊ, ঋ, ৠ, ঌ, ৡ, এ, ঐ, ও, ঔ, ং, ঃ অসিনি আকাশ তত্বগী লৈফম্নি। মচুন মচু অরেং চুমথাং থানবগী মচুনি।

৩। **অনাহত চক্র** ঃ— থমোইদ লৈ। থম্বাল মনা তরানিথোই পালি। ময়েক— ক, খ, গ, ঘ, ঙ, চ, ছ, জ, ঝ, ঞ, ট, ঠ ময়েক অসিনি। বায়ু তত্বগী লৈফম্নি। মচুন অত্তিয়া মচুনি।

(৪) **মণিপুর চক্র** ঃ— খোইদোউ লৈ। থম্বালন মনা তরা পালি। ময়েক— ড, ঢ, ণ, ত, থ, দ, ধ, ন, প, ফ অসিনি। মচুন অঙাওবনি। অগ্নি তত্বগী লৈফম্নি।

(৫) স্বাধিস্থান চক্র ঃ— চনিঙদ লৈ। থম্বালগী মনা তরুক পাল্লি। ময়েক্না— ব, ভ, ম, য, র, ল অসিনি। জল তত্ত্বগী লৈকমনি। মচু অঙৌবনি।

(৬) মূলাধার চক্র ঃ— শোচ খোঙদ লৈ। থম্বাল মনা মরি পাল্লি। ময়েক্না ব, শ, ষ, স অসিনি। পৃথ্বী তত্ত্বগী লৈফম্নি। মচু নাপু মচুনি।

থৱাইগী মমিং

মহুংশিংপু থৱাই হায়না কৌই। পৃথীবিদ লৈরিব, হৌরিব, অচৎ চন্ত, অচৌ, পিশক জীব পানব খুদিংমক মহুংশিংকী মতেংতন হিংহন লৈরিবনি। মহুংশিংপু য়াওরবদি জীব অমতন মিৎকুপ অমা ফাওব হিংহন লৈব ঙম্মোই, মরম অদুদগী মহুংশিংপু থৱাই পানব-শিংগী অথোইবা থৱাই হায়না কৌরিবনি।

মীওইবা অমম্নুং জীব পানবশিংনা হেক পোক্লপদগী হয়েং শিব ফাওবদা হোল্লিব স্বর অহু মহুংশিংনি। স্বরবু হোন্দ্রবদি ঐখোইনা ভব সংশার অসিদগী থাদোক্তুনা চৎপ্রবনি হায়বসি লেওবা য়াম্রব বাক্কমনি। মরম অদুনা মীওইবশিংনা স্বরবু মশক খঙনা য়াম্না লুনা তৌগদবনি। হকচাংগী মমুংদা স্বরদগী হেন্না নুব অমত্ত লৈত্রবনি।

হকচাংগী মতম খুদিংমক্ত পুরিব নুংশিংকী মমিং লৈফম ক্রমসুং থবককশিং ।

তথাহি শ্রী বিজ্ঞান রত্নাকর—

মীওইব ঐখোইগী হকচাং অসি নুংশিং মরম মতাখক্ত পুরি, মহুবু ঐখোইগী থবাই মখা হায়রন থমনবি মতুদি:— প্রাণ, অপান, সমান, উদান, ব্যান মা অসিনি ।

(১) প্রাণ কৌব নুংশিংন থম্মোইদ লৈ । মহাক্ত চিন মনুংদ চডথিহন ঐখোইন চাখ্রিব পোৎ পুন্নমকপু চাকখাও মনুংদ তাহল্লি । থম্মোইদ লৈহুন মিহুন হুলহানা, হকচাংগী মফম খুদিংমক্ত ঈ চেনখোক চেনশিল তৌহন শাংজবদু ঊাকশিবি । কবিগুম্বদ মাগী হান্নগী চাংদগী হেনগৎলক্পা নত্রগ হুম্ববকপ থোক্লবদি থগেব, থগোকপ, লোক খুব, লোক থুংব, হারানচিব লোকী অনাব পোকহল্লি ।

(২) অপান কৌব নুংশিংন খোইদৌদগী শৌচ থোঙ ফাওবদ লৈহুন মহাক্ত প্রান কৌব নুংশিংক তিন্নরগ চাখ্রিব পোৎ পুন্নমকপু চাকখাও মনুংদ পুশিল্লগ তুনহন্দুনা থনই । হকচাং মনুংদগী অমাংব হক্কি ঈশিং হকচাংগী মপাললোমদ পুখাকপ, মপীগী থাগী খোংকাপ চাং নাইন থাব, অঙাং পোকপনচিংব হকচাং মনুংদগী ফত্তব পোৎশিং মপান্দ পুথোবপগী থৎক পুন্নমক তৌই । মহাক্ত কত্রবদি ঈশিং য়াফম, মাংবলিকপ, শুক্র ময়েং তাব চাব তুমদব, চানিংদব অনাব থোকহল্লি ।

(৩) সমান কৌব মুংশিংন চাকথাও অমসুং অমাংব মরি মপুংদ লৈহ্নন পিত্তগ তিন্নরগ চাশ্বিব পোং পৃমম্নকী মরুওইব শরুক পূম্ন-মকপু লৌশিন্নগ কান্নররোইদ ফত্তবশিং অহুন হকচাংগী মপালোমদ থাদোকখি। মহাক্ক মতম খুদিংমক হক্কি ঈশিং, অমাংব, হুমাংওইন ফত্তবশিংবু হকচাংগী মপাললোমদ থাদোকখি। মহাক্ক কত্রএদি ডাইরিযা,ডিসেন্ট্রি, হকচাংগী মফম খুদিংমক্ত অতভব, ঘী থুংবনচিংব লায়না পোকহল্লি। মহাক্ক মতম খুদিংমক্ত খোইদোদগী চনিঙ ফত্তবদ লেঙদন লৈ।

(৪) উদান কৌব মুংশিংন খোইদোদগী হৌহ্নন হকচাংগী মথকলোমদ খৌবি চরম ফাওবদ লৈ। কুওইনদি মাগী লৈকমদি খৌবি চবদনি। মহাক্ক হবচাং অপুম্ব মৈশা পী, বা ঙাঙব, ঈশৈ শকপ, কপ্প নোকপনচিংবগী থবক তৌই। মহাক্ক নিয়ম নাইদ্রবদি পাম্বোম চগোং, হুমাইনচিংব মফমদ অচিকপা, লেংশিনব অপঙবনচিংব অনাব তৌহল্লি।

(৫) ব্যান কৌব মুংশিংন হকচাং মপুংদ লৈরিব যম্ন খুদিঙমক্ত লৈ। চাকথাও মপুংদ লৈরগ হকচাংদ কান্নগদব, চাশ্রিব পোং খুদিংমকী মচং ওইরব মহিশিং অহু স্বর চিংল্লিকপদ য়াওব ওক্সিজেনগ লোয়নন নিঙথিন শেংদোক্লগ ফিরাক্লোমদ থাজিল্লি, ফত্তবশিং অহুন হকচাংগী মপানলোমদা থাদোরকই। অফব শরুক মথেম থম্মোয়রোমদ পুরগ হকচাংগী মফম খুদিঙমক্ত ঈ চেনথোক চেন্নশিন্ন তৌহল্লি। মহাক্ক প্রান বায়ুগ তিন্নরগ হকচাংগী লেঙওৎপগী

থবক, হূক্সংহূম্বা চৎপ, পায়থোক পায়শিন ভৌব, চিংথোক চিংশিনবনচিংবগী থবক পুম্নমক ভৌই। মহাক্কি মতম খুদিঙমক্ত থুনা চৎপ অসিন মাগী মহৌশানি।

খন্দুন য়েংশি মুংশিৎশিং অসিন হূকচাংদ করি করি ভৌরিব হূকচাং অসিবু মতম খুদিঙমক্ত মুংশিৎতন ভাক্লুন লৈরিবনি মরম অহূদগী মুংশিৎপু তাইবংমীগী থবাই মঙা হায়ন কৌরিবনি। মুংশিৎ মরম মঙা অসিন পুহূন লৈবদগী ঐখোয়না হিংহূন লৈরিবনি মখোই মঙা অসিবু মতম খুদিঙমক্ত ভাক্লুন ভগবানগী লীলাবু কায়দনব শিল্লিব য়াম্নমক্ত ওইগ্রব মুংশিৎ মরম মঙা অমগ লৈরি। মখোইদি মতম খুদিঙমক্ত লেঙদন লৈ মহূদি:- নাগ, কুর্ম্ম, কৃকর, দেবদত্ত ধনঞ্জয় মঙা অসিনি, মখোই মঙা অসিগ পুনশিল্লগ ঐখোই তাইবঙ মীগী মক্ত ওইব থবাই তরাথকনি।

মখোইদি নথক্কী মুংশিৎ মরম মঙা অসিগী মতেঙ পাংহূন ভাকপ অসিন মখোইগী মথৌনি। মখোইন তাইবং মীবু শিগদোম্বে হায়ব অসি তাকপি, শিরমদাই য়ৌরক্লবতদ মখোইন থোরকই, মখোইগী থোরকপগী মওং মতৌ অমমুং মখোনদি য়াম্ন কুপপ্রে। মতম শাংন পুক শুহূন মাইব শারক্লব মীশিংতন মখোইগী অকুপ্প মরোল খঙব ঙম্মি। মসিগী অকুপ্প মরোল থর, শিরমদাইগী হূকচাংগী খুদম চাংদম ভগবানগী কৃপা লৈরবদি তাইবং পুন্থিরোল অনিগুরকপ শরক্তা বিঙথিন কোঙকরকনি।

ধনঞ্জয় কৌব খ্বাইদগী মবৈ ওইরিব মুংশিৎ অসিন খ্বাইদগী

হেক্ক দুই। মহাক্তি মায়া শক্তিনি, জীবন হকচাং পোলাংদগী মপাল থোকপ্রব কাওবদ হকচাং পোলাং অসিবু শণ্ডহন অহুম লৈ হকচাংবু থাদোক্কে। সংস্কার তৌহনা হকচাং তথ্বাই চায় চাকপ্রব মতমদ মহাক্ক হকচাংদগী মপাল থোরকই। মহাক্ক হকচাং পোলাংবু থাদোক্কুন চৎখিব মতমদ ঐখোইগী "হকচাং খাইব" হায়হন তৌনরিব অসিনি। মহাক্ক হায়বদি জীবন হকচাংদগী খাইদোক্কুন চৎপ্রে হায়বদগী হকচাং খাইব হায়ন কৌরিবনি। থবাই পানব হায়হন পৃথীদ লৈরিব খুদিঙমক অসি ভগবানদগী শক্তি অহুমগী মঙাল মরিক্ক পুনশিল্লগ ওইরকপনি। শক্তি অহুম অহুদি চিত্তশক্তি, জ'ব শক্তি, মায়া শক্তি অহুম অসিনি।

শক্তি অহুম অহুন পুনশিল্লগ থবাই পানব জীব হায়হন কৌরিবনি! মখোই অহুম অসিন মাংখিব. চৎখিব লুমিত্ত ঐখোইন শিরবনি হায়ন খঙনরিব অসিনি। মখোই অহুম অসি চপ মান্নন মতম অমুক্তদ চৎখিদে। শিগদোব থা অমা বাংলিঙৈদ চিত্তশক্তিন মপাল থোকখি, মতম অহুদ মী অহু রাখল চোইরগদবনি অহুগী মতুংদ জীব শক্তিন চৎখি। জীব শক্তিন চৎখিব লুমিত্ত ঐখোয়ন শিরবনি হায়হন মপান্দ পুথোক্লগ সংস্কার তৌনরিব অসিনি, শক্তি অনি অহুন আকাশত তিন্দুন মায়া শক্তিবু ভাইহুন লৈখি।

থনগোয় কৌব মুংশিং মায়া শক্তি অহুদি হকচাং পোলাংদগী মপাল থোকপ্রবনু জীব অহুগী মথৌ মঙম, থা ভরানিখোইগী মাসিক শ্রাদ্ধ, ফিরোই অমুন লোইত্রিব কাওব ইংখোলগী অকোয়বদ পাইহন জীবহুবু শণ্ডহন অহুম লৈ;

ম সিক শ্রাদ্ধ শিব থাগী মথংগী থাদগী মথং ২ থা ১২ উৎসব কৎলিবা অহুবু মাসিক শ্রাদ্ধ * "ফিরোই" হায়ন কৌই। মাসিক শ্রাদ্ধ অহুন হেক লোইথিব মমিত্ত আকাশত লৈরিব শক্তি অমি অহুগ ত্তিমরগ অমুক হন্না থরাই পানবা জীব ওইন পোকখি।

মহাক্তি সর্ব্বব্যাপি হাযবদি হকচাংগী মফম খুদঙমক্ত লৈ মরু ওইনদি "বিষ্ণুপদ" হায়বদি পিগুম অনিগী মরক নাথাঙ অকুৎপবু "বিষ্ণুপদ" হায়ন কৌই, মফম অসিদ মহাক্ত লোম্দন লৈবনি। মকম অসিদি জ্ঞানগী মক ওইব শিংলি অহনগী পুনকমনি হায়হন "ত্রিবেনী" নত্রগ "ত্রিকুটি" হাযন কৌই। মকম অসিদি পুক্লিং, রাথল অমদি চিত্তগী লৈফমনি, মরম অহুদগী মকম অসিদগী শরু মচেৎ অম "অস্থি লৌব হায়ন লৌনবিব অসি মবম অহুদগীনি জীব হাযব অসিদি ভগবানগী শক্তিনি মাঙব লৈতে, ঐখোইম শিরবনি হায়ন খণ্ডনরিব অসি জীবদি শিদে. লৈবব ময়ুম মক্তন লৈব য়ারক্তহন অনৌব যুম অমদ অমুক হোংখিবনি।

অমুক পোত্রবদি অমুক শিব, অমুক শিরবদি অমুক হন্ন পোকপ হায়ব নিয়ম অসি থরাই পানব জীবশংগী থাদোকপ য়াদ্রব মথৌ অমনি। মরম অহুন হিংলাউগী মতমদ অচৎ চত্ত অচৌ পীশক হায়হন লৈরিব থরাই পানব জীব খুদিঙমকপু ইচিন ইনাও মরুপ মপাংগুম রায়লুন চায় তৌগদবনি। জীব খুদিঙমক অসি চপনাম্নবনি মরম অহুন হিংলিউগী মতমদ জীব পানব হাৎপ অসি তৌফরোই

---

*ফিরোই কৌরদি ইপান থা অনি ইমান থা তরা, থা তরানিথোইগী য়োয়কপ নাওয়োমবু লোইরে হায়বগী ফিরোই হায়ন কৌই।

মীগী মথাই শোকপ থবক অমত তৌরোইদবনি মরমদি ঐন হায়গদৌরিব বা অহু হায়ব্রিইগদ হান্নন ঐঙোন্দ পান্দুন য়েংউ, ঐন য়ানিঙব অকব ওইরবদি মীহু শোয়দন য়াগনি অহুগ ঐন য়ানিঙদব ফত্তব থবক ওইরবদি মীহু য়ারোই।

মতমগী মমল খঙ্গদবনি, মতম মাঙহুনবদি পুক্তি মাঙবনি, অকব থবক্তি খুদক্তা পাঙথোক্তনি হোরেন্ন হয়েং ভাইহুন লৈরোইদবনি। মতম অসি মীওইবগী পুক্লান হায়বসিম কাওরোইদবনি। চিত্রগুপ্ত হায়ব লাই অহু ঐগী ইশাদ লেঙদন লৈবনি, খুদমদি ঐন লোম মীগী মপোৎ অম হুরান্নব মতমদ ঐগী পুক্লিংদ ঐন লোম লৌরিব পোৎ অসি মীগী মপোৎনি হায়ব অসিম ঐগী পুক্লিংদ য়েক্তুন লৈহৌই, মহুনি চিত্রগুপ্তনা ইশিন্দুন থম্ব হায়বদো, মহুগী শাক্কিন, মিৎ, পুক্লিং, বাখল অহুম অসিনি।

মহুগী খুদম অমঃ- নিপামচা অমন লৈখিবিক্ত ফুগায়ন শাৎলিব লৈকোল অমদ চঙহুন কৈব উরহুন অহল অমন হান্নকই নমাঙদ নিঙথিন ফুগায়ন শাৎলিব যজ্ঞরব লৈশিংদে। কনাম্ন উক্রিইব অসিম কীগাও থম্ন হেক্তনে পুখিহেদে। বাহু তাবদ নিপামচা অহুম খুন্নকই, "ঐবু" "ঐন" উরি, অহুন "ইশুৎন" হেন্নগ "ইমিৎন" উগদৌরি অহুনদি "ঐবু" উব মী য়াম্ন নক্ল লৈ, মরম অহুন অসিগুম্ন থবক অসি "ঐ" মহোশান পানজদে অমদি তৌনিঙদে হান্নন খুমখি।

অহুদি পাওরো অসিদগী করি খঙলে হায়রবদ 'ঐ' হায়বসি কনানো কদাইদ ঠলবনো ? "ঐবু" মশক খঙলবদি থবাই পানব জীববু মশক মুম্ন খঙব ওমগনি। ময়াম খঙনরিবনি "পঞ্চভুটন" শারকপ হকচাং অসিবু "ঐনি" হায়ন খঙনরি। মহুদি নত্তেং হযেং শিরব মতমদ "মৈন" "মৈদ" ঈশিংন "ঈশিংদ" "মুংশিংন" "মুংশিংত" "লৈবাক্ল' লৈবাক্ত" আকাশন "অহিযাদ" তিনগ্রগদব মাঙব য়াত্রব পোৎচং ওাক্নি "ঐ" হায়বহ নত্তে অহুগুম পঞ্চভূটন শারকপ হকচাং অহুবু "ঐান" হায়ন খল্লিবহ অরানব ব্রানি, মহুদি "ঐ" 'নত্তে' "ঐগী" হিংলিডৈগী মতম খরদংগী লৈননব য়ুমনি। "ঐদি" কৈদৌডৈদসু মাঙব লৈতে, 'ঐবু' মশক মুম্ন খঙলব মীশিংন মাগী মপোক মশক খঙব ওম্মি, শিবসু শিখিরোই হায়ন মতম খরা য়েথোকপ ওম্মি।

মীওইবগী মপোক অসিদি মপোক মরিরক্তি মী ওইন অহুম পোকখিগনি মান মান তৌজরকপ কর্ম্মগী মতুং ইন্ন অকব, ক্রুরব, অবাব মুঙাইব থায়ন অহুম পোক্লকনি। "ঐবু" মশক মুম্ন খঙলব ধর্ম্ম কায়দব বৈষ্ণব অহুদি মীগী মপোক মরিরক অহুম হেক লোইবগ জীবহ ভগবান্দা অহুম তিনগ্রগদবনি, অমুক হম্ম মীওইবগী মপোক্ত পোক্লরোই। অহু নত্তব মীনম শোরিব, হরানচিম্বীব, ফত্তবত তৌহুন লেল্লব মীওইশিং অহুদি অমুক হম্ম হঙ্গিন হঙ্গিম নাপীগী মপোকগী হোৎহুনা মমা লখা মরিফু মরিগী মপোক অসিদ হম্ম হম্ম কোয়হুন কোয়হুন অহুম লৈখিগদবনি। মরম অহুন নহা ওইরিঙৈ

পাঙ্গগন কল্লিডৈদ 'ঐবু' মগক খঙনব থিরীয়ু। 'ঐবু' মশক মুম্ন খঙনবদি পোল্লকপগী মহৈ য়ানগনি। 'ঐবু' মশক খঙব্রব, রাখল পুক্লীংবু কত্রবদি লাইনীঙব হায়বহু ওইথোক্কে। ভগবান্ন পাম্বদি জীববু মুংশিব, থস্মোই শেংব অহুতনি। মরম অহন থস্মোই শেংবিয়ু জীববু মুংশিবীয়ু: ওইদব রা ঙাঙবিগনু; থরাই পানব জীববু মশক খঙবীয়ু; জীব হিংসা তৌবিগনু "ঐবু' মশক মুম্ন খঙবিয়ু।

পাওরো অম থম্নসি' খুত্ত পায়ব 'ইত্তাওগী' য়াদ হুকপন ইচাগী 'কুং' লাওবন "ঐহাকা" অসিনি।

হকচাংগু পুরিবা মৈ, ঈশিং, মুংশিংকী মমিং লৈফম অমসুং থবকশিং

আয়ুর্ব্বেদ শাস্ত্রন হকচাংবু পুরিব মৈ, ঈশিং মুংশিং, মরম অহুম অসিবু বায়ু, পিত্ত অমদি কফ হায়না মমিং থোল্লি মখোই অহুম অসিন হকচাংবু মতম খুদিংমক্ত ঙাক্লন লৈরিবনি। খ্বাংদগী খোঙদোল ফাওবসি (কফ) ঈশিংগী লৈফমনি। খ্বাংদগী মথক লোমদ ঙকশম ফাওবন (পিত্ত) মৈগী লৈফমনি। ঙকশমদগী শমখোঙ ফাওব অমসুং হকচাংগী মফম খুদিংমক্ত বায়ু (মুংশিং) কী লৈফম্নি।

মীওইব ঐখোইন তোয়ন তোয়ন নারিব, খাংতপ্ত পুম্বি মাঙলিব অসি মখোই অহুম অসিন হকচাং মন্থংদ চংলিব খোঙচং তৌরিব থবকশিং অসিবু খংদহন পঙচা চা পঙতুম তুম, ফত্তব

লমচৎ কয়া চৎপ, ফত্তব পোৎ কয়া চাবদগী মখোইগী হকচাং মমুংদ লৈগদব হৌনবী চাংদগী হম্বরকপ অমদি হেনগৎলকপদগী খোরকপ ভাক্তনি। মতম খুদিংমক্ত মখোইগী মশাগী লৈব হৌনব চাং অহু কায়দনব মতম চান চাব মতম চান তুম্ব, ভম য়াহৌক, অকব চিঙাক চাগদবনি। নেশা চাবা যৃথকপ, তোয়ন স্ত্রী সঙ্গ তৌব কত্তব থবকশিং অসি থাদোকদবনি নোংমগী তত্তন খোঙ হাম্বসি কাওরোইদবনি। মতৌ অসিগুম্ন চৎথরবদি মখোইগী মশাগী চাংহু কায়দন লৈগনি। পিত্ত অমসুং কফ অনি অসিদি লেঙদন লৈব পোৎশক্তি বায়ুন মখোইবু হকচাংগী মফম খুদিঙমক্ত শীনব থুংন পুহুন চৎলিবনি। প্রমাণ মুংশিংন অমংব নোং পুরগ ভাহুম্নিঙব মফমদ তাহনবগুম্বনি মসিগী মরমদ মুন্ন খঙলব বৈদ্যশিংন বায়ুবু মতম খুদিঙমক্ত দমন তৌরগ পিত্ত অমসুং কফপু হেনগত্তনব লাইয়েংলিবনি।

অয়ুক নুমিদাংদ মখোইগী থবক।

অয়ুক অমসুং নুংথিলগী মতমু শরুক অহুম থোক্ত খাইদোক্তগ অহানব শরুক্ত কফকী শরুক্তি হায়বদি মতমনি।
অনিশুরকপন পিত্তগী শরুক্তি হায়বদি মতমনি।
অহুমশুরকপন বায়ুগী শরুক্তি হায়বদি মতমনি।
সন্ধ্যা অহুম হায়বদি অয়ুক্কী সন্ধ্যা নুমিৎয়ুংবগী সন্ধ্যা য়াচঙবগী সন্ধ্যা মতম অহুম অসিদি সন্ধিগী মতমনি। মতম অসিদদি মঙ্গল ওইনবগী থবক অমত তৌরোইদবনি। মতম অসিদদি নাম জপ, ভগবানগী নাম শোনব অসি নত্তন অতৈ অমত তৌরোইদবনি অহিংগী মতমদদি সন্ধি অসি লৈতে।

মতাং অসিদ অহানব ভাক্কক লোইজরে।

অনিশুবা তাঙ্কক

হকচাং নাদ-য়েকতনা থম্নবা পাম্বৈ

ঐখোইগী হকচাং মন্নুংদ অনাবন চঙশিল্লকপগী মরমদি অপান কোৌব মুংশিংন শেংলক্তুহনা ফংলক্লুব মতমদ অনাব পুন্নমক হকচাংদ চঙশিলক্লুন নাৱকপনি। অপান কোৌব মুংশিংন ফত্তুন লৈরিব মখৈ হকচাংদ অনাবন চঙশিল্লকপ ঙমদে।

অপান বায়ুন ফংলক্তুবগী মরমশিংঃ- ঐখোইন মাংথোকপ মতমদ শৌচ থোঙ মন্নুংদ অমাংবগী মচিং থর থর পলহৌবদগী মখোই অহন কংশিলক্তুন অন্থম অন্থম শাগৎলকই, মরম অহুদগী অপান বায়ু শেংলক্তে। প্রামান মপান্দ মৈ কম থারবদি মপান্দ লৈব মুংশিংকৌ মরোলশিং অন্থম অন্থম পাথরকই। মুংশিংকৌ মরোলাশংন পাথরকপ মরমদগী মথক লোমদ হাইগৎলকই, অহুঙমহুন খোঙ হাপ মতমদ শৌচ থোঙদ পলহৌব অমাংবগী মকুপ-শিং অহুন থর থর কংশিলক্তুন য়াম্ম শাগৎলকই, মরম অহুদগী মথাদ লৈরব অপান বায়ুশিং অহুন মথকলোমদ হাইগৎলক্তুন সমান বায়ুগ মেৎশিম্নরকই অমুক সমান বায়ুন প্রান বায়ুরোমদ য়ৈথৎলকই, মরম অহুদগী হকচাংদ চানিঙ থক্লিংব পোক্লক্তে, চাব তুমদব, ঈশিং মরি বেষ্ঠা তৌব, শুক্র ময়েং তাব মাংব য়াদব, লোক, লাইহৌনচিংব মথল মথলগী অনাব ওইরকই। মরম অহুন মাংব শেংদোকপ মতমদ শৌচ থোঙ মন্নুং মপাল য়াম্ম শেংন হুম হুম শেংদোকনি। মুশিবু

যোগ শাস্ত্রন "অপান শোধন" হায়ন কৌই। মতৌ অসিগুম্ নিঙথিন শেংদোক্লবদি হকচাংদ মখল মখলগী অনাব শোক্লকনি। নোংমগী মথুংদ অমুক্তুং ওইরবসু অনিরকপু ওইরবনু তত্তন খোঙ হাবসি থেমদোকদবনি।

নিতিগী অয়ুক তুমদগী হৌরকপগ তৌগদবা নিয়মশিং

মী খুদিঙমক অয়ুক ব্রহ্মমুহূর্তদ হৌগৎকদবনি। অদুগী মতিক ওন য়াহৌব অসিন হকচাং ফন লৈননবগী পাবৈনি। অনাগুম প্রাতঃস্নান তৌব কাঙবুশিংন মুমিৎন থোক্তিনৈগী মমাঙদ স্নান তৌহৌব অসিন হকচাংবু পুরিব বায়ু, পিত্ত অমদি কফকী চাং মান্নন লৈ, মরম অহন প্রাতঃ স্নান তৌবসি য়ায় কৈ। মুমিৎন হাইগৎলগ পুং ৯/১০ দা ইরুজরবদি হকচাংদ বায়ু অমদি কফগী চাং য়াম্ন হেনগৎলকই।

অহিং তুম্মুবদ শেৎলুব কি অহৃদি নিঙথিজন তুমথোকনি, মাহমুক মাংব অম লৈত্রবনি। মহু শেৎন শেংব অয়ুকি অচা অথক তৌব অমথুং লাইদ কৎনবা লৈগু হেকপ য়াদে তৌহৈদে। মথুং কান ইরুজব ওমত্রবসু কি অহ তুমথোকপ ওইন খাং ফাঙবদি লুপথোকপ কৈ। অমাংশং চঙহন খোঙ হাবদ শেৎলুব কি অহৃদি তুমথোকপ য়াম্ন কৈ মরমদি কি অহদ অমাংবগী মকুপ 'মপুকলস'

পকশিনখিব মবমদগী ফি ড়হু য়াম ফতে, মরম অহুন কি 'অহুদি নিঙথিরন তুমথোকপন কৈ।

অমুক তুম্মুবদগী মিৎকপ হেক থোকপগ স্বর কদোমদ লৈবগে হায়ন য়েঙ্গনি। লোংন হিপ্পগ স্বরন লৈরিব মায়কৈরোমদগী হৌন স্বর চিংশিনবগ লোয়নন খোঙ নাম্ব থুপচিল্লগ থবাক্ত থমগনি অহুগ অদোমগী পাগোম থুপচিল্লব খোঙ অহুবু চপশিল্লগ থমউ অহুগ স্বর হোন্দোকপগ লোয়নন খোঙ স্বহু ডিংথোকউ চপশিল্লিব থুং অহুম্ভ থাদোকউ। মতৌ অসিগুম য়েংলোয় অমুক ওয়রোম অমুক তরুব্রক হুম তৌরব মতুংদ য়েংলোয় য়াতারগ মিনিট অম ওয়রোয় যাতারগ মিনিট অমতং তুমিম লৈরব মতুংদ লোংন অমুক মিনিট অমতং হিপ্পব মতুংদ উপ্রাক মিনিট অনিদং তুমিম হিপ্পন লৈগনি।

অহুগী মতুংদ হোগংলগা খোঙ্গ্রাই চন্দুন ফমুংদ ভাইহাক্তং ফমগ থুবাক অনিমক তিংথোক্লগ থুবাকী ময়িশিং অহুবু মিং কুপ্তন য়েংহুন লৈগনি, ময়িশিং অহুবু তপেংন উপ্রিব ফাওব নিঙথিন য়েঙ্গনি। মহুন কাম্নবদি বুদ্ধি লৌশিং চাওখংকনি, মিংকী অনাব অমত লৈরোই। মথক্ত পীম্রিব নিয়মশিং অসিবু নিত্তিগী কায়দন তৌরবদি খ্বাং নারোই, পৈ অমসুং ফিরাক ফগনি অহুগ হুকচাংদমু য়াম থুন মাংনিঙব পোক্লকনি। মাংবদ বৈড়া তৌগনব পৈ অমসুং ফারাকী অনাব লৈব, খ্বাং নাগনব মীশিংন নিত্তিগী নিয়মশিং অসিবু তত্তন কায়দন তৌরবদি মাংব য়াদব, পৈ অমসুং ফারাকী

অনাৰ লৈব, খাং নাপনব, ঈশিং মরিগী বেড়া তৌৰ পুন্নমক হিদাক ঈতৌ তৌদনা মরমাই কজগনি।

(ক) অয়ুক তুম্মুবদগী হৌগৎলকপ, মুমিদাং বাইরম, চাক চাব তোকপ খুদিঙমকী য়েংকী খুবী মরুন লাইবক্তা ৪/৫ রক হুন্ন হুন্ন ভকনি। মসিবু যোগ শাস্ত্রন "কপালভাতি" হায়ন কৌই। মসিন কান্নবদি মুমিং অহুগী হকচাংবু পুন্নিব বায়ু, পিত্ত অমদি কফকী কত্তব দোষ পুন্নমক কোকনি।

(খ) অয়ুক তুম্মুবদগী হৌগৎলকপ, মুমিদাং বাইরম, চাক চাবা তোকপ খুদিংমকী খুদোগী অনিমক্তা নাকোং অনিমক অসিবু ৪/৫ রক হুন্ন হুন্ন নিকথোকনি। মসিবু যোগ শাস্ত্রন 'কর্ণভাতি' হায়ন কৌই। মসিন কান্নবদি নাকোংগী অনাব অমত লৈরোই অহলগী মতম ওইরক্লব কাওবদ না তাথোরোই।

(গ) অয়ুক কমুংদগী হৌগৎলগ ভাইহাক্তং ফম্নগ খুবাক অনিমক ভিংথোক্লগ খুবাকী মযিশিং অহবু মিৎ কুপ্তন য়েংহন লৈগনি, মহুবু য়েংবদ নিংথিন উত্রবদি হকচাংদগী থবাই অম মপাল থোকপ্রে হায়ন খংগনি। মসিন কান্নবদি বুদ্ধি লৌশিং চাউখৎকনি, মিৎকী অনাব অমত লৈরোই অহল মতম ওইরব ফাওবদ মিৎ নিংথিন উগনি। মহুগী মতুংদ খুবাক অনিমক্তা লৈপাক্তা নম্নগ লাইবক কৎকনি, ইমা ইবেম্ম লৈবাক লৈম, নচান ওসি নতম্বাক্তা শান্নজব অসিদ খুৎলৌ পল্লৌব শীনবিগদ হায়ন থুরুমজরগ স্বর য়েঙনি স্বরন লৈব মায়কৈগী খুৎন চিন পায়রগা স্বর চনিঙতান চিংশিন্নগ

স্বৰন লৈব মায়কৈগী খোঙন হায় থাংলগ চৎপ হৌগনি৹ মসিবু নোংমহুগী যাত্রা কৌই খুদোংথীব পুম্ব কোকনি ।

মপান্দ থোক্লগ মুমিৎপু থুক্লমজগনি৹ অদুগ ওয়াংগী অয়িব ঈশিং লৌথোকনি । খোঙকাপ খরদং হুঙৎহুঙ্গা চৎলব মতুংদ হুক-চাংদ মাংনিঙব পোক্লকনি৹ মতম অদুদ স্বর য়েংলগ স্বরন য়েৎলোমদ লৈরিবঙৈ মতমদ খোঙ নিঙথিন হামদোকনি৹ স্বর য়েৎলোমদ লৈবিঙৈ মতমদ খোঙ হামদোক্লবদি হুকচাংদ অমাংবগী মখাক লৈহোরোই৹ অদুগ স্বরন ওয়রোমদ লৈরিঙৈদ ঈশিং চৎকনি মদুন হুকচাংদ ঈশিংগা মখাক লৈহোরোই মসি এশা করিব মী অমগীনি৹ মসিগী চাংদি মশা কব থা ৩/৪ গুরব খোম থক্লিব অঙাংদ য়েংবীয়ু৹ মখোগাদ স্বর য়েৎলোমদ লৈরিঙৈৎ মখোঙ হামগনি অদুগ স্বরন ওয়রোমদ লৈরিঙৈদ ঈশিং চৎকনি । মসি প্রকৃতিন শেম্লব্রব কায়দ্রব নিয়মনি ।

মাংব লোয়রব মতমদ লাকপ ঈশিংদি দোব লৈতে৹ য়াম কৈ৹ মী থুদিঙমক্ল খোঙ হাম্ব লোইরব মতুংদ ঈশিং খরদি শোয়দন চৎকনি মদুন তাকপদি হুকচাংদ অমাংবগী মখাক লৈহোত্রে হায়ন তাকপনি তৌইগুম্বনুং ঈশিংহ লাক্ত্রবদি মুমিৎ অদুমদি হুকচাংদ অমাংবগী মখাক খর লৈহোরে হায়ন খঙনি ।

খোঙ হাম্ব অমদি ঈশিং চৎপ থাদঙগী য়া কম চিকশিনর্গনি য়া কায়োইদবনি৹ য়া কাথোক্লবদি য়া পুনশিদে য়াগী লায়না পোক্লগনি য়ান কত্রবদি চাব তুমদব অনাব পোক্লকনি । খোঙ হাম্ব

খুদিঙগী য়া কয় চিকশিন্ন সুপা। অমদি সুপী অনিমক্কী থুং অনিমক্ক অথিক্কম অহুবু চেৎন পাংখশিন্দুনা থমগনি। মাংব লোইন্নগ তপ্ন তপ্ন থাদোকনি। মতৌ অসিগুম্ন নিতিনী তৌরবদি হকচাংগী শুক্র ময়েং তারোই৹ ঈশিংগী মরি বেড়া তৌরোই। হার্নীয়া তৌব কাঙবশিংন নিয়ম অসিবু নিতিগী কায়দন তৌরবাদ সুনিং খরনিগী মসুংদ হার্নীয়া অহু মরমাই কজখিগনি। সুপী অয়াম্বন খাতু খন্নব চহি ৫০দগী হেল্লব মতমদ "মতুম থোকপি" (প্রোলাপস ইউটারি) হায়ব লায়না অসি ৫০% তৌগল্লি। নিয়ম অসিবু কায়দন নাতগী তৌরবদি লায়না অহুদগী কনব ঙমগনি।

অয়ুক্কি মায় মিং তাথোকপ মতমদ ঈশিং য়াউম অম থন্ন উন্নগ ঈশিং থরন নিং অনিমক্ত ৪/৫ রক হন্ন চাইখৎকান৹ মসিন কবদি মিংকী অনাব অয়াম্বদগী কনব ঙমগান। অমুক হন্ন ঈশিং য়াউম অম থন্ন উন্নগ কোক অপুম্ব নন্তগ লবাইদ ঈশিং য়েংগনি৹ মহুন কবদি কোকী অনাব; কে, ক, চপ; কোক ঙাওব কগনি। য়াদ ঈশিং উন্নগী মরমাদ য়া ল্যাঙন কাথোক্লগ লৈরবাদ অয়ুকী অয়িংব ঈশিং মনিল অহুন স্বর খাও মনুংদ চঙশর্নাখব থোক্লবদি লোক কোকচিকপর্নাচংব অনাব তৌরকনি হায়বগীদমক ঈশিং উর্বনি।

নিঙথিন উপাসনা আসন্দা ফমগ চাগী শমক্তেং অমন কোক অপুম্ব হুম হন্ন ৭/৮ লক হাত্তোকনি। মরমদি তুমুব মতমদ কোক্ত হাইগঙুন লৈরম্ব ঈ ময়াম অহু নিঙথিন ঈ চেম্নবগী পাম্বেনি৹ মহুন বুদ্ধি লৌশিং চাওখৎকনি; কোকী অনাব অয়াম্ব লৈরোই।

উপাসন আসন হায়বদি খোড অনিমক থুপচিন্নগ খোডপাক্ত থুনন কম্বব্ উপাসনা আসন হাযন কৌই।

অহুগ নিংশেল অম মাঙদ,থাবগ ইশাগী মিৎ নাহাবু নিঙথিন মিৎ কুপ্তুন যেংছন লৈগনি, মহৌন কবদি মিংকী অনাব অয়াম্বদগী কনব ঙমগনি অহুগ অহল ওইরব কাওবদ নিঙথিন মিৎ উগনি। খোড হাম্বগী অনাংব শেংদোকপ থুদিংঙক্কৌ ঈশিং খরন মুপা মুপী অনিমকী মথিকম মনুং মপাল হুন্ন হুন্ন শেংন চামথোক্কনি। মসিবু ঈশিংগী লায়েংদ শিজবাথ" হায়ম কৌই। মসিন কবদি অহনগী মতম ওইরকব কাওবদ ফখিময়েং তারোই, হকচাংগী কুচু মাঙলোই মায় খুইরোই।

অফবা চাঞ্জাক চাগনি।

নিরামিষ চাব অসিন খ্বাইদগী হেম্ন কৈ, পাঙ্গলম্ন কল্লি, মতম শাংন থবক শুরবম্ন হকচাং চোকথদে, তুমবম্ন য়াম্ন থুন তুমব হেল্লি। ডা শাদি য়াম্ন থুন পুমথৈ মহৌন ঈ শাগৎপতনি, পাঙ্গল য়াম্ন কনদে, তুমবদম্ন য়াম্ন বাই। তত্তনা ডা, শা চাবশিংগী ঈগী খোডচৎ তথক তথকই স্বর ছোনবগী চাংম্ন য়াম্ন থুব হেল্লি স্বরম্ন য়াম্ন শাই, মরম অতুদগী পুষ্টিব বাৎলি। নিরামিষ চাবশিংগী ঈগী খোডচৎম্ন তপ্নি স্বরগী, চাংম্ন মাগী হান্নগী হোনব চাং অহ কায়দে মরম অহুদগী পুষ্টিব হেল্লী।

কারিগুম্বদ ইচম চম্ব লাইহৌ অম ভোৰ মতমদ ডা, শা চাব-

শিংন মুমিং ১০নি শাংথন নাই অহুগ নিরামিষ চাবশিংন মুমিং নিনিদ কৈ। মরম পূম্নমক অসিন নিরামিষ চাবন য়াম কব হেন্না হায়রিবনি। থোংলগ চাবদগী "রো" ওইন অতেকপ চাবন য়াম কব হেন্নি মরমদি থোংব মতমদ মৈগী মৈশান মাঙখিব "ভিটামিনগী" শরুকশিং অমু "রো" ওইন চারবদি মাঙদন অহুন কংব ঙম্মি।

"রো" ওইন চাবগী নিয়মদি কোবি, হঙ্গামগুম্ব, অতোপ্প মনামশিং অসি চাব য়াই মরমদি কোবি হঙ্গামনচিংব অমু ঈশিংন নিঙথিন চাযখোরুগ খুং অনিমক য়াম কম ক্রং ক্রং তোয়ত্রিব কাওব নোইথংকনি, নোইখাটব মতমদ থুম খর হাপকনি। নোইথংপ লোইরব মতুংদ মহুদগী খোরকপ মহিশিংহু নিটাখন থকচিনব অহুগ মপংশিং অহুমু শায়হন চাগনি। নত্রগ খোরোকী শরুক হুহুম্নগ কোবি, হবাইমতোল, কোম্প্রেকনচিংব অসি শিংজু ওইন থুম নিঙথিন থাকচিন্নগ চাবসু য়াই অহবু মসিনি য় ৯ থব ১ শিংগ মথৌ লৈত্রব মমুম মকৈ থাদোকুন ব্রহ্মচার্য্য চংলব মীশিংগী থবাক্ন ঐখোই য়ুম পান্নিব মুপী অঙাং য়োক্লিব ঐখোইগীদি ওইখোক্লে। উগী মনা, উহৈঙাক্ত চাহন হিংব ভয়বাদ খ্বাইদগী হেম্ন কবনি। উহৈ ঙাক্তন পুকথম চাবদি, থুনমু তুমই, অহুগ হকচাংমু য়াম কৈ, হকচাংদ অনৌব ঈ হাপকংলি, মাং শোয়বমু য়াম মুঙাই না-য়েক্লে। মরমদি বনদ লৈরিব শা, উচেক পুম্নমক অসি উহৈ ঙাক্ত চাহন হিংলিবনি, মরম অহন মখোইগী মশাদমু

অনাব অমত লৈতে মপুঙ্কিস্থ য়াম শাই। মরম অহন য়ারিব মখে থুন তুমগদব ইচম চম্ব চিঙ্গাক, নিরামিষ অমদি অতেকপ অফব চিঙ্গাক চাগনি, মহন পুক্তি য়াম শাংগনি।

চাক চাব মতমদ তৌগদব নিয়মশিং।

চাক চারমদাইদ স্বর কংদোমদ লেবগে হায়ন য়েঙ্গনি। স্বরেন য়েৎলোমদ লৈরিঙৈগী মতমদ চাক চাগনি। নিঙ্গাংন ফগ ওয়থ ব খুকউন ওয়থংব শেগ্রাক্ত থয়গ পাম্বোম ওয়থংবন থোক্ত অহু নিঙথিন চপশিন্নগ ওয়রোমথংব নাকন্দা। তপ্ন তপ্ন শায়হন চাগনি। ওয়রোমদ চন্দ্রনারী লৈব মরমদগী ওয়রোম থংব শরুক অসি মতম খুদিঙমক্ত ঈংহনত লৈ মরম অহন চিন্দগী তিল য়াম্ন থোরক্লন চাঞ্জিব পোৎ খুদিঙমক তুম্বদ মতেং পাংই য়েৎলোমদ সূর্য্যনারী লৈব মরম য়েৎলোমথংব শরুক অসি শাহনত লৈ, মরম অহগী চিন্দগী তিল থোকপ বাংলি। থোরক্লিব তিল অহন চাঞ্জিব পোৎ পুন্নমকপু তুমবদ মতেং পীবনি। মরম অহন স্বর য়েৎলোমদ লৈরিঙৈদ ওয়রোমদ নিঙথিন শায়রগ চানব হোৎনগনি।

মপংগী শরুক মথেন স্বর য়েৎলোমদ লৈরিঙৈদ ওয়রোমদ নিঙথিন শায়রগ চাগনি। মহিগীশরুক মখে চা, শঙ্গোম, হৈ মহিনচিংব ঈশিং পুন্নমক অসিন স্বর ওয়রোমদ লৈরিঙৈ মতমদ থকনি মহন য়াম থুন তুমব হেল্লি। থোঙ্গাই চন্নগ চাক চাবদি

ফান্তু মরমদি চাক্কি অকম্বন চাকখাওগী মমৈ অহু য়াম্ন চোম্বরক্তুন খোইদৌ ফাওবদ যৌবকই মহৈন পূকম্ন য়াম্ন চাওথোকই অমাংব ম'রম থেংজিন্দুন তুমবগী পাঙ্গলম্ন য়াম্ন ৱাংলি। নিঙ্গাংন কম্নগ ওয়থংব শেগ্রাক্ত ওযথংব থুকউ থম্নগ পাম্বাম্ন থুকই অহুবু নিওথিন চপশিন্নগ চাগনি। মহৈন পুক্কি শকক মবিগী শকক অমদি ফাজিন্দুন থম্বন য়াম্ন চাশিনবম্ন যাদে মহৈগ চাকখাওগী মপাঙ্গলম্ন শোম্বরোই।

স্বর ওয় ম্নেং ওম্বোক্লব নিয়ম।

চাক চারমদাইদ স্বর ওয়ম্নোমদ লৈরম্নবদি য়েৎলোমদ ওম্বোক্লগ চাগনি। নিঙ্গাংন কম্নগ ওয়থংব থুকউ অসিন ওয়থংব শেগ্রাক্তা থম্নগ পাম্বোম ওয়থংব অসিন খোঙ অহুবু চপশিন্দুন থম্নগ তম্ন তপ্ন স্বর চনিও তানা হোন্দুন মিনিট ১০/১৫ রোমদং তুমিম্ন কমহৈন লৈয়ু। মিনিট ১৫ গী মতুংদ ওয়বোমদ লৈরব স্বর অহু য়েৎলোমদ মথন্ত চংচখিগনি। মতৌ অসিগুম্ন মসিগী ওম্ন তৈনব নাকঙ্গদ তৌরগ য়েৎলোমদ লৈরম্ব স্বর অহু ওযরোমদ য়াম্ন থুন চংখিগনি। মতৌ অসিগুম্ন স্বর ওম্বোক ওনশিন তৌব য়াগনি।

তুমব মতমদ তৌগদব নিয়ম।

হুংদাং চাক চাব তোক্লব মতুংদ য়ামম্নবদ মিনিট ৩০রোমদংদি নিওথিন উপাসনা আসন্দা ফম্নগ চাগী শমজেৎ অমন কোক অসি ৪/৫রক হুম হুম হাংতোকনি. অহৈগ য়েৎকী থুবী মক্বন লাইবক্তা

মাংৎ রক হুম তকনি, অদুগ খুদোম্বী অনিন নাকোং অনিমক নিংথিন নিকখোকনি, মহুন হকচাংবু পুরিব বাযু সিং অমদি ককপী চাং মাম্নন লৈগনি।

স্বব য়েংলগ স্বরন য়েৎলোমদ লৈহল্লগ কোক নোংপোক নম্রগ মখা শন্দুন তুমগনি। মিনিট ৫ রোমদং তুমিন্ন রাখল চোইথোক্তুন পুক্নিংবু স্বর চিংশিনবগ লোযনন খোইদৌ মনিপূর চক্রদ থন্নগ তাইবংবু শেম্বিরিব মপু ভগবানবু থম্মোইদ নিংথিন কোল্লগ তুমগনি। যেৎলোমদ ম্লাতাহন তুনবদি কত্তে মরমদি চাক চাখিবগী শাংথরকপ চাকখাওগী মতোল অহুন ফিরাক্ত থাশিন্দুন লৈগনি, মহুন তুমবগী শরুকম্ব হুম্বখিগনি অহুগ ফিরাকী থবকম্ব পনবদগী ফিরাক ফত্তব, চাকখাও শোনব, থম্মোই শোনবনচিংব অনাব তৌরকনি। হায়রিব অসি নোংমত নিংনত তৌবদ মত্তে, তত্তন তৌরবদি অসিগুম্ব লায়নাশিং অসি শোয়দন তৌরকনি।

তুমব মতমদ য়া কন্ন চিকশিন্নগ তুমগনি কৈদৌঙৈদম্ব য়া কায়োইদবনি। য়াকাথোক্ত তুন্নবদি য়ারোমদ স্বর হোন্দুন লৈবদগী য়া পুম্নমকপু হাইগনি, অহুগ স্বর থাও মনুংদ উকুপ বাইফুল অমোৎপ চঙখিবদগী করিগুম্ব মতমদ মঙলান্নবনচিংব থোক্লকপম্ব য়াই। য়া কাহুন তত্তন তুমব মীশিংগী কিবুল মচা অম শান্নগ য়াদ কন্ন চিকুন থম্নগ নাতোললোমদ স্বর হোন্ব তম্মু, মতম থন্ন লৈন্নগ মরম্বাই অহুম য়াকন্নকনি। মরম অহুন মতম খুদিংমক্ত নাতোন্ন স্বন্ন হোনগনি। য়ারোমদ স্বর হোন্নবদি য়া পুম্নমক হাইগনি য়ান

কল্লবদি চাব তুম্না শকক ব্রাংলকশদগী ফিরাক ফংলক্তে ফিরাক কল্লবদি ঈ শেংলক্স, পম্মোই শোল্লকই, জোনদিসনচিংব ফিরাকী অনাব ওইরকনি, বুদ্ধি লৌশিং মংগলকই, মরম অচুন মচম খুদিঙমক্ত নাতোললোমদ স্বর হোন্নবব লাক্লগনি ।

থাবানগী মতুং ইন্ন চাহৈদব পোংশিং ।

(১) নোংমপানব মুনিত্ত মাইবেন চারবদি হকচাংদ ফুরি থুংই ।

(২) নিনি পানবদ থাংগ চারবদি হকচাংদ ঘী থুংই ।

(৩) লৈমনি পানবদ পোতোল চারবদি বাত্ত লুতোংচিকপ অনাব তৌই ।

(৪) মরিনি পানবদ মূলা চারবদি খোঙ পোব, তাংতাং চিকপ অনাব তৌই ।

(৫) মঙানি পানবদ হৈখাগোক চারবদি ফিরাকী অনাব তৌই ।

(৬) তরুক্নি পানবদ নিম মনা চারবদি খোরি পোমব অনাব তৌই

(৭) তরেৎনি পানবদা কোনা মহৈ চারবদি ফিরাক অমহৎ ঈ কত্তে

(৮) নিপান্নি পানবদ মুবি চারবদি তুমদব অনাব তৌই ।

(৯) মাপলনি পানবদ খোংক্রম চারবদি ঈ কত্তে লোক তৌই ।

(১০) তরানি পানবদ কলমনি চারবনি অচ্ছিনব কাব অনাব তৌই ।

(১১) তরাবাথোইনি পানবদ হবাই উরি চারবদি লাইহৌ তৌই ।

(১২) তরানিথোইনি পানবদ উরোক গুবন চারবদি যক্সা তৌই

(১৩) অরাম্বগাদোইনি পানবদ থাবেন চারবদি হকচাং মরাং মরাং পোমই ।

(১৪) তন্নামরিনি পানবদ শগোলহবাই চারবদি ডাইরিয়া তৌই ।

(১৫) পুর্নিমা থাংশি সুমিত্ত ঙা, শা চারবদি হকচাংবু পুরিব বায়ু, পিত্ত, কফকী চাং য়াম্না হেনগংলক্লগা হকচাংদ অনাব মখল মখল তৌই ।

চারোইদবগী চিঙ্গাক অমদি তৌরোইদবা থবকশিং ।

(১) মতম অমত্তদ ঙা, শা, শঙ্গোম পুম্ন চারোইদবনি । ঙা, শা, শঙ্গোম পূম্ন চামিন্নববু বিরুদ্ধ ভোজন কৌই । মহুন মাংঙবদি হকচাংবু পুরিব বায়ু, পিত্ত অমসুং কফকী চাং য়াম্না হেনগংলকপদগী হকচাংদ মখল মখলগী অনাংব থোরকই ।

(২) শঙ্গোম অফম্বদি য়াম্ন কব চিঙ্গাক্কি অহুবু তুমবদি থর বাই । কাশেনগী মতমদ শঙ্গোম অফম্ব চাবদি য়াম্না কৈ, হকচাং য়াম্না ঈ, ই শঙ্গোম অফম্ব চাবদি ঈশিং থরগ থুম থরগ য়ানশিন্নরগ চাগনি মহুন থুনম্ব তুমব হেন্নী, য়াম্না থুনম্ব ঈ ওনি । শঙ্গোম অফম্বদ থুম য়ানশিল্লগ নিঙথিন ওংথাইরগ থম্নবদি পুংথাই ফম্নবী মসুংদ শঙ্গোম পুম্নমক ঈগুম্ন পুমঙাং ঙাংলকনি । মরম অহুন ঈশিং থরগ থুন থরগ য়াম্নরগ চাগনি ।

(৩) মুংদাংগী মতমদ উতিংখোংব, শঙ্গোম অকম্ব চাবসি ফত্তে করিগুম্বদ চান্নবদি ফিরাকি থবক পুম্নমক লেপখিবদগী ফিরাক ফংলক্তে ফিরাক্ল থবক তৌত্রবদি চাথ্রিব পোৎ পুম্নমক তুমহল্লগ ঈ ওইরক্লবগী অপনব শীবদগী হকচাংদ ঈগী চাং হুম্বরকই, অঙ্গত নত্তন জোনদিসনচিংব অনাব পোক্লকই অদুগ ঈশিং মরিগী বেড়া য়াম্ন তৌরকই, হকচাং মম্নুংদ মুং পোক্লকপ য়াই মরম অহুন চাব ফত্তে।

(৪) লমদা থাদ চিনি অভাভব চাব ফত্তে। চান্নবদি পুক্লুংদ ভীল য়াম্ন থুন মচা পোকই। পুক্লুংদ ভীল য়াম্ন লৈরবদি চাব তুমদব অনাব থী চিকেৎ চিকেৎ ফায়ব, পুকয়েকপনচিংব অনাব তৌগনি।

(ক) লমদা, শজিফু, মেন্না থা অহম অসিদ পুথ্রিদ লৈব ভা চাব ফত্তে। মন্নমদি মতম অসিদ পুথ্রিদ লৈব ভা মথৈ লাইথোকপ লায়নান নাগল্লি। মতম অসিদ পুথ্রিগী ভা তোয়ন চাক্লবদি নিংথমথা চঙলকপদ লৈ নাবা, চিনবান চাফৎপ, চিন চাফৎপ অনাবন নাগল্লি। তুরেলগুম্ব ঈচেল নাইব মকমগী ভা চাবদি দোষ লৈতে।

(খ) কার্ত্তীক শুক্লা একাদশীদগী পুর্ণিমা ফাওব মতানি অসিগী মহুংদ উয়োক হায়ব উচেক অহ নোংমদি ভা চাদে, মন্নমদি মুমিৎ অসিদ গুক্লন থণ অশিব ওইন তাউথরকপ মুমিৎনি। উয়োক হায়ব জাৎ অসিন ঈহাল হাম্ন উখিবদগী উয়োক্ল মুমিৎ অহুদি

ঙা চাদবনি। অশেংব নুমিৎ খঙগে হায়রবদি উরোক অমা য়োক্লগ নুমিৎ ৫নি অসি ঙা থাহনা থাহন য়েংগনি, নুমিৎ অহুদদি উরোক ঙা চারোই। অমরোমদন ভগবান্ন মিন অবতার তৌখিব নুমিৎনি, অশেংব থঙদবনিন নুমিৎ ৫নি অসিদি ঙা চাদবন চুম্মি, নুমিৎ ৫নি অসিবু শাস্ত্রন "বক পঞ্চক" হায়ন কৌনরি।

(৫) মেরা থা অসিদি অশাবগ অয়িংবগ লোন্নব মতমনি, মী থুদিঙমক চাব থকপগী মরমদ য়াম্ন চেকশিনবন চুমই। মতম অসিদ চাবগী নিয়ম নাইদ্রবদি হকচাংবু পূরিব বায়ু পিত্ত অমদি কফকী চাং হেন্ন হেনগৎলকপদগী মখল মখলগী অনাব পোক্লকপ য়াই ঐখোইগী অহল লমনশিংন হায়নৈ মেরা থা উশোই পাপ্তা চাব থকপ হৈয়ু. লমদা তোয়ন চৎকনু নাগনি হায়রম্মী।

(৬) পোইনু থা য়োরক্লবদি চাং নাইন চাব য়ারে, থা অসিদদি পৃথীবীন রস য়াম্ন চিঙশিনখিব মতমনি, মরম অদুন মতম অসিদ চাব বাৎলবদি হকচাংগী মৈশা য়াম্ন শোম্বরকনি, মরম অদুন থা অসিদদি চাং নাইন পুক থন্ন চাবন য়াম্ন ফৈ।

(৭) নোংমাইজিং নুমিত্ত হবাই মুছরি থোংব চারোইদবনি নোংমাইজিং নুমিত্ত মুছরি চারবদি ঈশিং পুকচৎপ লায়ননা শোয়দন তৌগনি। থাজদব মীশিংন চাং য়েংব য়াই নোংম নোংমাইজিং অমদ মুছরি চারগ ঈশিং অহু লোরগ পাশ তৌব মতমদ স্থগারগী স্পেসিফিক গ্রেভিটি কয়া য়াম্ন লৈবগে হায়বহু থঙনি। নোংমাইজিং

থুমিত্ত নোংমাংখা, নিমমনা চাগনু, চারবদি হকচাংবু পুরিব বাযু, পিও অমদি কফকী চাং যাম্ন হেনগংলকপদগী অনাব পোক্লকনি ।

(৮) একাদশী থুমিত্ত চবা হেনবসি য়াম্ন ফৈ, ধর্ম্মগী মরমদগু "হরিবাসর" হায়ব অচৌব ব্রত থুমিংনি। চবা হেনব ভমদব অশোনব মীশিংন ভা, শা চাদন ইচম চম, উহৈ মনাবশিং নিরামিষ থর চাহূন চন্না অমদি হেনবন ফৈ। থা অমগী মখুংদ একাদশী অনিনি থা পানথংলকপগী একাদশী থা শিরমদাইগী একাদশী অসিনি। পানথংলকপগী একাদশী থুমিত্ত থাগী কলা তরামাথোই থুমিত্তগী পুম্ন লাকপ থুমিংনি অহুগ থা শিরমদাইগী একাদশী থুমিত্তন থাগী কলা তরামাথোইহু পুম্ন থুমিত্ত চংখিব থুমিংনি। থুমিং অসিদ পৃথিবীন রস য়াম্ন হেনগংলকপ থুমিংনি মরম অহূন পৃথিবীন রস য়াম্ন হেনগংপ থুমিং অসিদদি ঐখোইগী পুক অসি থরগী মখৈদি হাঙন থম্বন হকচাংদ য়াম্ন কান্নৈ, মরম অহূন চন্না হেনবসি ফৈ হায়রিবনি। মরমদি ঐখোই মীওইবগী হকচাং অসিগ থুমিং, থা, পৃথিবীগ য়াম্ন মরি লৈনৈ, মখোইগী মতেংতন ঐখোইন হিংহন লৈরিবদি মরম অহূন চন্না হেনব ভমদব মীশিংন ভা, শা, চাদন ইচম চম নিরামিষ উহৈ বাহৈ থরা চাহূন পুক অসি থর হাঙন লেনবন হকচাং ফনবগী মরিদ য়াম্ন কান্নবনি। পুর্ণিমা অমদি অমাবশ্যা থুমিং অসিমু পৃথিবীগী রস য়াম্ন হেনগংপ থুমিংনি থুমিং অনি অসিমু ভা, শা চাদন ইচম চম নিরামিষ থর চাহূন লেনবন ফৈ ।

(৯) চাং হেন চাবসি য়াম্ব কপ্তে। ঐখোইন খল্লি৹ য়াম্ব চারগ হকচাং ফগনি হায়ন৹ মগুদি নত্তে হ্র চাবগুম্বনি৹ মরমদি ঐখোইন চাক চানব নম্রগ উৎসব চৎলুরগ হাম্ব চাব চাংদগী শকক অনি হেন মরেক মহাও য়াম্ব চাশিল্লকপদগী চাক চাব তোক্লব মতুং মিনিট ১৫বোম লৈরগ হকচাং অসি চাকি নেশানে৹ মরেক মহাও হেনজিম্বা চাশিল্লকপদগী নেশানে অহুন হকচাং অসি য়াম্ব শোগ্নে হকচাংদ তুম্মিংবগী নেশা অম ফাওরকইবদো চাং হেন চাশিল্লুবদগী চাকখাওন পুব ভমক্রহন তৌবনি। য়াম্ব চাব মীশিংদো অভনব তুমগনব৹ অপভব ওইগনি৹ মরম অহুন হাম্ব চাব চাংদগী হেনজিন্ন চাবসি ফত্তে হায়বসি খঙনি।

(১০) মুমিৎলোমদ নক্রগ থারোমদ ওনশিন্দুন মাংব অমদি ঈশিং চৎপসি হৌনদে৹ মরমদি শুনিৎ অমদি থাগী মঙালগ মতম অহুদ শিংলিব মুংশিংক তিম্বহন মরুওইব হকচাংদ য়ৈপ্রদদি হকচাংদ য়াম্ব মাঙই৹ হকচাংগী শুক্রগী ময়েং য়াম্ব ভাই অহুভ নত্তন কোকচিকপ৹ কোকঙাওবনচিংব কোকী অনাবশিং খুদক্ত পোক্লপ য়াই অহুভ নত্তন হকচাংদ ঈ বাৎপ লায়না য়াম্ব থুন পোক্লকপ য়াই।

(১১) নিপা ওইবশিংন নামৈ থাদোক্তন লেপ্ন লেপ্ন ঈশিং চৎপসি তৌরোইদবনি। নামৈ থাদোক্লগ নিঙখিন কমথরগ য়া য়াম্ব কম্ব চিকশিল্লগ ঈশিং চৎকনি। নামৈ থাদোক্তন লেপ্ন লেপ্ন ঈশিং চৎলবদি নামৈগী শরুক্ল পন্দুন ঈশিংগী মথাক খর লৈহৌই। মতৌ অসিগুম্ব ভত্তন তৌরবদি হকচাংদ ঈশিংগী অনাব পোক্লকপ

য়াই। খোঙ হাম্নিংব অমদি ঈশিং চৎনিঙব থাঙ্গৎলন থংম্নাইদবনি, মহুন বায়ু, পিস্ক, অমদি কফকী চাং কায়রকপদগী অনাব মথল মথলগী থোরকপ য়াই।

(১২) নোংপোকলোমদ নত্রগ মুমিৎ মাযরমলোমদ মংয়ুমন্নশিনদুন হুবা চাব নত্রগ যোগ সাধন অমদি স্বর শাস্নবসি তৌরোইদবনি মুংশিং মায়রমদ য়াম্ন শাংন চৎলবদি কোক চিকনি জ্ঞানগী মকওইব শিংলি চেল্লিব নঙ্গললোমদ মুংশিৎন যৈহল্লগ হুব চাববদি হকচাংদু য়াম্ন ঈংগনি পুক্লিংদু য়াম্ন মুংঙাইগনি।

চাং হেন্ন চাকুবদগী নারকপ
কোকুবা পাঞ্জ।

(১) হৈনৌ চাকুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি শঙ্গোম অশাবগ মিছরিগ য়াম্নরগ পিথক্লগ ফগনি।

(২) থৌবাং চাবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি থৌবাংগী মরু শীঞ্জরগ ফগনি।

(৩) লফৈ ই চাকুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি ঘাগ ধুমগ য়াম্নতন শীঞ্জরগ ফগনি।

(৪) যুবী চাকুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি চেঙ শায়তুম চারগ ফগনি।

(৫) হৈথাগোক চাকুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি নিমমরু চারগ ফগনি।

(৬) জাম চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি শিংখা চারগ ফগনি।

(৭) হৈকক চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি শিংখা চারগ ফগনি

(৮) কমলা চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি চিনি অভাঙব চারগ ফগনি।

(৯) চম্প্রা চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি হঙ্গাম মরু মকুপ চারগ ফগনি।

(১০) পোরোবাই চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি ঈশিং অশাব থরুগ ফগনি।

(১১) মনামশিং চারুবদগী অনাব তৌরবদি হঙ্গাম মরু মকুপ চারগ ফগনি।

(১২) মাথারোবাংবা চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি ঈশিং অশাব থরুগ ফগনি।

(১৩) হৈক্রু চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি হঙ্গাম থোংব চারগ ফগনি।

(১৪) থোইদাং চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি হঙ্গাম থোংব চারগ ফগনি।

(১৫) থবী চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি গোলাপ জল থরুগ ফগনি।

(১৬) থামেন চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি থাজ অচৌম্বী মহৈ ফুংলগ পীথরুগ ফগনি।

(১৭) মাইরেন চারুবদগী তুমদবা অনাব তৌরবদি শিং চারগ ফগনি

(১৮) চু চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি শিং চারগ ফগনি।

(১৯) শা চারুবদ তুমদব অনাব তৌরবদি চাকি চবোন নত্রগ থরি চারগ ফগনি ।

(২০) ঙা চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি চাকি চবোন থক্লগ ফগনি

(২১) হুরাই চাবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি চাকি চবোন থক্লগ ফগনি ।

(২২) চাক চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি চাকি চবোন থক্লগ ফগনি ।

(২৩) থাও চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি চাকি চবোন থক্লগ ফগনি ।

(২৪) হরাইনঙ্গল চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি মনাহি চারগ ফগনি ।

(২৫) খোইহি চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি ত্রিফলা মহি থক্লগ ফগনি ।

(২৬) মাখল চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি ত্রিফলা মহি থক্লগ ফগনি ।

(২৭) ঘা চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি চম্প্রামহি থক্লগ ফগনি ।

(২৮) শঙ্গোম চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি চনম নত্রগ কুমকুম চারগ ফগনি ।

(২৯) চেঙপাক চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি উচিঠি নত্রগ কুমকুম চারগ ফগনি ।

(৩০) তল চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি ঈশিং অয়িংব থক্লগ ফগনি ।

(৩১) খেজুরী চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরিবদি মুগ মহি থরুগ ফগনি ।

(৩২) পায়স চারুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি মুগ মহি থরুগ ফগনি

(৩৩) বোড়া চারবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি লোং মপাল চারগ ফগনি ।

(৩৪) হলুবা চারবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি কস্তুরিগ কর্পূরগ য়ামহুন পীররগ ফগনি ।

(৩৫) মালপুবা চারবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি উচিঠী মরা ফুৎলগ থরুগ ফগনি ।

(৩৬) গজা থরুবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি উচিঠী মরা ফুৎলগ থরুগ ফগনি ।

(৩৭) সনাহিদাক চারবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি কোলমনি চারগ ফগনি ।

(৩৮) কানি চারবদগী তুমদব অনাব তৌরবদি নগ্রগ জ্ঞান মাণ্ডহন তাহুন লৈরবদি পেরুক মহি আউন্স ২ গোলমরিস মক ৪ তকথাইরগ নিঙথিন য়াম্নশিন্নগ পীথকনি অহুগ নিঙথিন তুমহনগনি তুবা হৌগৎলগ শিং গুরগ মহি পীথরুগ ফগনি ।

ত্রিকলাঃ— বহেড়া, হৈগ্রু, মনাহি অহুম অসিবু ত্রিকলা কৌই।

মতাং অসিদ অনিশুব তাক্তক

লোইরে ।

অহুমশুব তাঙ্কক

নুংশিংকী অকুপপা মরোল

তাকপা

মীওইব অমম্বুং পৃথিবীদ লৈরিব ভচৎ চম্ভ আচৌ শিশক লেঙলি পাল্লিব, লৈপাক্কী হৌরকপ জীব পানব খুদিঙমক অসি নুংশিংকী মতেঙতন হিংম্বন লৈরিবনি। নুংশিংপু য়াওদ্রবদি পৃথিবীদ লৈরিব থবাই পানব জীব খুদিংমকসি মিংকুপ অম ফাওব হিংম্বন লৈব ঙম্মোইদবনি, মরম অদুন নুংশিংপু থবাই পানব জীবশিংগী অথোইবা থবাই হায়ন কৌরিবনি।

মীওইব অমম্বুং জীব পানবগী পুক্ষি অসিদি মতম থরগীদমক টেঙ্কি অমদ হাপ্জিন্দুন থম্ব গ্যাসকী টেঙ্কি অমগুম্বনি। গ্যাস অদুন চানব চাক এনছাংনচিংব থোংবদ মতম থরদং সুঙাইন শিঞ্জিন্নে। গ্যাস অদুন হেক লোইখিবগ অমুক হন্ন গ্যাস হাপচিন্দ্রবদি শিজিন্নব য়াদবগুম্ম মীওইবগী হকচাং মন্নুংদ লৈরিব নুংশিংকা শক্তি অসিন হেক লোইখিব মুমিং অদুদ ঐখোই মীওইবশিং অসিন ভব সংসার অসিদগী থাদোক্লুন শোয়দন চৎপ্রগদবনি হায়ব অসিম মূম্ন থাখল তৌরগ স্বরগ্ মশক থঙন য়াম্ন চেকশিন্ন শিজিন্নগদবনি। স্বরবু অয়েঙ্বদ মাঙহল্লোইদবনি।

কবি কবি মরম্ম ঐখোইগী হকচাংদগী স্বব অসি চাং হেন্ন চৎখিবগে হ যবাদি নেশা য়'ম্ম চাব, য়ু ম্নাম্ন থকপ, কা হেন্ন তুমবা, তোযন তোয়ন স্ত্রীনঙ্গ তৌব মরমশিং অসিন নোংমগী চৎকদ চাংদগী শক্সক অহম হেন্ন মাঙখি মরম অহুদগী পুক্ষি ময়েং তাখি। তোয়ন তোয়ন শাগুব, কা হেন্ন রা ভাঙব, অকনব থবক গুব মীশিংন চাংদগী শক্সক অনি হেন্ন মাঙখি। মরম অহুন বাখল মুম্ন তৌরগ নোংমগী মাগী হৌনব চংকদব চাংদগী হেন্ন চৎখিদনব য়াম্ন কুপ্ন শিজিন্নগদবনি

ঐখোইন নোংম হায়বদি পুং ২৪ অসিগী মম্নুংদ হোল্লিব স্বর অসি যেৎলোমদ পুঙ ১ ওয়রোমদ পুঙ ১ মতৌ অসিগুম্ন পুং ২৪ চৎলিবনি চিঙশিন্নকপ স্বরন 'হ' হায়ব ময়েক অহনি, হোন্দোরকপ স্বরন 'রে' হাযব ময়েক অহনি। 'হ' দ জীবন চঙলকপনি, 'রে'দ শাদোং ওইহুন জীবন হকচাংদগী মপাল থোকখিগদবনি, মতৌ অসিগুম্ন মতম খুদিংমক্ত "হরে হরে" হায়ন নাম শোল্লিবনি হায়বসি কাওবিরোইদবনি পুং ২৪ অসিগী মম্নুংদ হোল্লব স্বরগী মশিঙদি ২১৬০০ (লিশিং কুনমাথোই চাতরক্লি) মসিবু অরেম্বদ মাঙহন্দন নাম শোল্লিবনি হায়বসিগী ভারত পুক্লিংদ চপ চান লেপ্পিরগ তত্তন শোনবিগান। হায়রিব অসি অবাব থবক নত্তে পুক্লিংবু একান্তিক ওইন ফাজিল্লগ মতম খুদিঙমক্ত কাওদন শিজিন্নবিগদবনি। মতৌ অসিগুম্ন স্বরবু মশক মুম্ন খঙন শিজিন্নবিরবদি পোকপগী মহৈ য়ানগনি হায়বসি পঙলব ঐহাক্কি বাখলনি। মরম মহুন অমুক হুংখিল হুংদাং মতম খুদিঙমক্ত তত্তন নাম শোনবিযু।

হরেগী শব্দোকপ অর্থ মথাদ পীজরি ।

"হ" কারে হিঙ্গুলবর্ণ সর্ব্ববর্ণ বয়োসতঃ
জ্ঞানা জ্ঞানং কৃতং পাপং "হ" কারো দহতি ক্ষণাৎ ॥
"রে" কারে রক্তবর্ণ সাৎ গোপালেন নিরূপিতঃ ।
গুর্ব্বাঙ্গনা কৃতং পাপং 'রে' কারে দহতি ক্ষণাৎ ॥

'হ' হায়ব ময়েক অসিগী মচুদি নাপু মচুনি ময়েক পুম্নমক্তগী অথোইবনি । মহাকপু থরাই য়াওন শোজ্ঞরবদি জীবশিংন খঙন অমদি খঙদন তৌরুব পাপ পুম্নমক খুদক্ক মাঙহনব ঙম্মি । "রে" হায়ব ময়েক অসিগী মচুদি অঙাঙবনি শ্রীগোপালদেবন পুথোকপনি মহাকপু থবাই য়াওন শোজরবদি গুরুগী লুপী রমন তৌরুবগী মহাপাপগী কোকপিব ঙম্মি । মুম্ন খম্ববিযু কয়াগী মতিক মগুন চাওধ্রব ময়েক্লো, মরম অহুন অবাব পোৎলুম পুগদব নত্তে পুক্নিংবু মতম খুদিঙমক্ক ফাজিল্লগ কাওদন "মানসিক" তুম্নবসু, চারবসু, চৎলবসু, থবকপু গুরবগু মতম খুদিঙমক্ক হরিনাম শোল্লবনি হায়বসিম কাওদন তঙ্গন শোনবিয়ু । নীলাচলদ হরিদাসন অস্তিম ওইরমদাইদ ইবুঙো শ্রীকৃষ্ণ চৈতন্য মহাপ্রভুগী মফমদ হায়জখি, ইবুঙো । ননাইগী ইস্রি পুম্ব শিথিল ওইশিল্লক্লে নাম সংখ্যা লৌব, নাম শোনব ঙমশিল্লক্লে হায়ন কপ্ন কপ্নহুন হায়জব মতমদ ইবুঙোন তাকপিখি স্বর হোদ্দোক হোম্মিল তৌরিব অহু 'হরে হরে' হায়জ নাম শোল্লিবনি হায়বসিম কাওগদু ।

থাবানগী তুং ইন্ন স্বরগী
লৈফম তাকপা।

(১) থাশিন্নমদাইগী নোংম পানব, নিনি পানব, হুমনি পানব, তরেৎনি পানব, নিপান্নি পানব, মাপলনি পানব, তরাহুমদোইনি পানব, তরামরিনি পানব থাশি মুমিৎশিং অসিন অয়ুক মুমিৎ থোরকপদগী হৌন স্বর অসি য়েৎলোমদগী হান্ন হোনব হৌগনি।

(২) থাশিন্নমদাইগী মরিনি পানব, মঙানি পানব, তরুক্নি পানব, তরানি পানব, তরামাথোইনি পানব, তরানিথোইনি পানব মুমিৎশিং অসিন অয়ুক মুমিৎ থোরকপদগী হৌন স্বর অসি ওয়রোমদগী হান্ন হোনব হৌগনি।

(৩) থা পানখৎলকপগী নোংম পানব, নিনি পানব, হুমনি পানব তরেৎনি পানব, নিপান্নি পানব, মাপলনি পানব, তরাহুমদোইনি পানব তরামরিনি পানব পুনিশা মুমিৎশিং অসিন অয়ুক মুমিৎ থোরকপদগী হৌন স্বর অসি ওয়রোমদগী হান্নন হোনব হৌগনি।

(৪) থা পানখৎলকপগী মরিনি পানব, মঙানি পানব, তরুক্নি পানব তরানি পানব, তরামাথোইনি পানব, তরানিথোইনি পানব মুমিৎশিং অসিন অয়ুক মুমিৎ থোরকপদগী হৌন স্বর অসি য়েৎলোমদগী হান্নন হোনব হৌগনি।

মথক্কী নিয়ম অসিদি কায়ব য়াত্রব প্রকৃত্তিন শেমক্লব নিয়মনি মসি মশা ফরিব নাদ য়েক্লন লৈরিব মীশিংগীনি। মসি হেক পোকপ মুমিত্তগী হয়েং শিত্রিব কাওদ অমুম কায়দন চৎলগনি।

করি করিগুম্ব মতমদ মসিদগী ওন্ন তৈনব হায়বদি য়েৎলোমদ হোনগদবন ওয়রোমদ ওয়রোমদ হোনগদবন য়েৎলোমদগী হোন হোনবু হুরবদি হকচাং অসি শোয়দন নারগনি নত্রগ অরাব খুদোংথাবু থোক্লগনি হায়বগী স্বরন তাকপিব খুদমনি। করিগুম্ব মশা নারিব, লাইহৌ তৌরিব মীশংগীদি নিয়ম অসি কায়রবদি থোইদোক্ল হেন্ন ফত্তব তৌরোই এবমদি খুদোংথাব হায়বদি মতমদ হায়ন পাল্লবনি।

নিয়মশিং অসি কায়ররব্রবদি খুদক খুদক্ত ফল যঙনি। অহানব পুংদ থরাইবাব অনিশুবকপদ লন মাঙব ইঙ্গৎ মাঙ বর্নচিংব থোক্লকনি।

খরগী চাং কায়থরকপগী থোথোক।

মীওইব ঐথোইগী নোংমগী মপুংদ য়েৎলোনব পুং ১ ওয়রোমদ পুং ১ পুং পুং খুদিঙগী য়েৎ, ওয় কায়দন চৎলিব আসদগী মাগী তান অহু থুগায়ব থোক্লবদি হায়বদি ওয়রোমদ পুং ২ য়েংলোমদ পুংখাই অম নত্রগ পুং ১ মতো অহুম চথরক্লবদি হকচাং শোয়দন নারগনি নত্রগ খুদোংথীব থোক্লরগনি হায়ন তাকপ খুদমনি। মসিমু নিতিগী য়াম কুপন য়েংলগ মতম অহুগী মতুংইন হকচাংদ য়াম চোকশিন থুগায়দ্রিব তাম অহুমু চুমথোক্লব হোৎনগনি।

নুমিৎ তরামথানিগী মনুংদ হুকচাং
নাগনি নারোই তাকপ স্বরগী
খুদমশিং ।

থাং পানবংলকপগী নোংম পানব সুমিত্ত অয়ুক তুম্বদগী মিংকপ থোকপ মতমদ স্বরন ওয়রোমদ হোন্দুনা লৈরম্লবদি নুমিৎ তরামথানি অহুম নাদ য়েক্লন মুথাইন লেল্লগনি ।

অতুগ নুমিৎ অহুদ স্বরন য়েংলোমন লৈব মতমদ তুম্বদগী মিংকপ থোক্লবদি নুমিৎ তরামথানি অহুগী মনুংদ হুকচাংসি শোয়দনা নাগানি মরম অহুন চাব থকপ, মাংব, ঈশিংচৎপনচিংব পুন্নমক অসি যাম্ন চোকশিনগনি ।

থাশিরমদাইগী নোংম পানব হুযবদি তরাত্তকক্লি পানব নুমিত্ত অয়ুক তুম্মুবদগী মিংকপ থোকপ মতমদন স্বরন য়েংলোমদ হোন্দুনা লৈরম্লবদি নুমিৎ তরামথানি অহুম নাদ য়েক্লন খুংলো পল্লোব য়াওদনা মুথাইন লেল্লগনি ।

অতুগ নুমিৎ অহুদ অয়ুক মিংকপ থোকপ মতমদ স্বরন ওয়রোমদ হোন্দুন লৈরম্লবদি হুকচাংসি নারগনি নম্রগ অবাব খুদোংথিব থোক্লগনি ।

মরম অহুন নিত্তিগী চৎলিব স্বরগী চাং অসিবু নিঙথিন য়েংলগ চৎপ অসি মীওইনা পোক্লকপ ঐখোইগী তৌদব য়াদ্রব ইথৌ অমনি হায়বসি কাওবিরোইদবনি ।

নুপিগী অমসুং নুপাগী শরুক ৱাতলিবা খুদমশিং ।

নিংথৌকাব, ইরাই, যুমশকৈশ মুমিং হুমনি অসি অয়ুক তুম্মুবদগী মিংকপ থোকপ মতমদ স্বরন ওয়রোমদ হোন্দুন লৈরম্লবদি মুমিং অহুমদি অনা অয়েক য়ৈথায় থিঙ্গাইব অমত য়াওদন মুঙাইন লেনগনি চৎলুব থবক খুদিঙমক মঙ্গল ওইগনি অহুগ মুমিংশিং অহুদ স্বরন য়েৎলোমদ লৈরিবদ মিংকপ থোক্লবদি মুমিং অহুমদি অমসুং খুদোংথীব, য়ৈথাই থিঙ্গাইব শোয়দন থোকনি মঙ্গল লৈতে।

নোংমাইজিং লৈবাকপোকপ শগোলসেন, থাংজ মুমিং মরিনি অসিন অয়ুক তুম্বদগী মিংকপ থোকপ মতমদ য়েৎলোমদ স্বরন লৈরম্লবদি নোংমহুন খুৎলৌ পল্লৌব য়েথাই থিঙ্গাইব লৈতন মুঙাইন লেনগনি অহুগ স্বর ওয়রোমদ লৈরিবদ মিংকপ থোক্লবদি মুমিং অহুমদি খুদোংথীব অমসুং থোকনি মঙ্গল লৈতে ।

মরম অহুন নিপিগী চৎলিব স্বরগী চাং নিয়ম অসিবু য়াম্ন কুপন য়েংশিনব অসি ঐখোইগী নোংমগী কাওব য়ান্ত্রব ইথোন ।

যাত্রাগী নিয়মশিং

অমাং, নোংপোক মাইকৈগী যাত্রান স্বর য়েৎলোমদ লৈরিবদ তৌগনি । অনি, নোংচুপ মাইকৈগী যাত্রান স্বর ওয়রোমদ লৈরিবদ তৌহোগনি । যাত্রা তৌরমদাইদ স্বরশি চনিঙ তান চিংশিলগ জিঙথিন ভাইহাকং কমথরগ স্বরন লৈব মাইকৈগী খোঙন হাম

থাংলগ যাত্রা তৌগনি লেপন লেপন যাত্রা। তৌবদি য়াদে মহুন খুদিঙমক্ক করুব অকায়ব থোক্কনি। অহুগ স্বর তত্তগী বিচার মুন্ন তৌরগ চথোক্রবদি মরম খুদিঙমক্ক মঙ্গল ওইগনি।

অতোপ্প নিয়ম অম

ইবাই মমমুং থাংজ মুমিত্তন হাপ্প খোঙকম তয়েংলক। নোংমাইক্লিং নিংথৌকাব, লৈবাকপোকপ, য়ুমশকৈশ মুমিত্তন খোঙকম তরামাথোই বক তন্ন থাংলব মতুংদ ঙাইহাক্কুং লেপ্পগ চৎপ হৌগনি। শগোলসেল মুমিত্তন খোঙকম নিপালক থাংলগ চৎকনি। হায়রিব নিয়ম অসি স্বরন লৈরিব মাইকৈ অদোমগী খোঙন হম্ম থাজবনি। অহুগ মুমিং অহুগী হাপ্প থাংগদব খোঙকম অহু থাংলগ ঙাইহাক্কুং লেপ্পগ চথোক্কনি।

অতোপ্প নিয়ম অম

থাংজ মুমিংকী যাত্রান স্বর ওয়রোমদ লৈব মতমদ ওয়থংব খুংন ওয়রোমথংব হকচাংগী শরুক পায়রগ খোঙকম তংরংলক হাপ্প থাংলব মতুংদ ঙাইহাক্কুং লেপ্পগ চৎপ হৌগনি। মতৌ অসিগুম মুমিং অহুগী মথক্ক পনপ্রিব খোঙকম মশিংহু হাপ্প থাংলব মতুংদ যাত্রা তৌগনি। অহুগ স্বরগী মতুং ইম্ন চৎপ নিয়ম অমন স্বরন য়েংলোমদ লৈরিঙৈদ যাত্রা তৌরগন খোঙকম মঙায়ক/ওয়রোমদ লৈরগন খোঙকম মরিরক থাংলগ স্বরন লৈব মাইকৈগী খুংন হকচাংগী নাকল অদোমদ পায়রগ চৎকনি।

য়ায় থুন যাত্রা তৌবগী নিয়ম

য়ায় থুন যাত্রা তৌবা তারবদি মথাগী নিয়ম অসিন চৎকনি।

নোংমাইজিং মুমিৎকী যাত্রান স্বরন লৈব মাইকৈগী খুৎন কোক পায়রগ স্বরন লৈব মাইকৈগী খোঙ হায় থাংহন চৎপ হৌগনি।

নিংথৌকাব মুমিৎকী যাত্রান স্বরন লৈব মাইকৈগী খুৎন চিনবান পায়রগ চৎকনি

লৈবাকপোকপ মুমিৎকী যাত্রান স্বরন লৈব মাইকৈগী খুৎন খোয়ি পায়রগ চৎকনি।

য়ুমশকৈশগী যাত্রান স্বরন লৈব মাইকৈগী খুৎন পুক পায়রগ চৎকনি।

শগোলশেন মুমিৎকী যাত্রান স্বরন লৈব মাইকৈগী খুৎন হকচাংগী নাকলহু পায়রগ চৎকনি।

ইরাই মুমিৎকী যাত্রান স্বরন লৈব মাইকৈগী খুৎন নাগী মথক পায়রগ চৎকনি।

থাংজ মুমিৎকী যাত্রান স্বরন লৈব মাইকৈগী খুৎন নংগল পায়রগ চৎকনি। মসিদ খোঙফমগী বা লৈত্রে স্বরন লৈব মাইকৈগী খোঙন হায় থাংলগ চৎকদবনি।

অশ্লেষা, মঘা নক্ষত্রন পানব মুমিৎ নোংমদ মুমিৎ হুমনি চংব (ত্র্যহস্পর্শ) শনিগী অহানব, তরুকশুব, অরোইবদ দগুদাদ অফব থবক্তৌদমাক্তি যাত্রা তৌহন চৎপ য়াদে অকায়ব লৈ। মহুবু য়েংদন চৎলুরবদি খুদোংথৌব অবাব লৈগনি ফত্তে। মরম অদুন কুপন য়েংলগ যাত্রা তৌগদবনি।

ওয়েরোমদ স্বর নৈরিবৈ মতমদ করি
করি থাদ্দ তৌ নি।

ওয়েরোমদ স্বর নৈরিবৈগী মতমদ লম অরাপ্পদ চৎপ, চেকপন থাব য়ুম শাব, ফক্কাংথাব, পুখ্রি গুহা তৌব, দান তৌব, মীগী কান্নব তৌব মন্ত্র সাধন তৌব, লাইহরিক পাব, লনথুম লৌশিনব, লৌখাওব, মখোঙ মরি পানব জীব য়ুমদ পুশিনব, ভগবানগী নাম শোনব, ধর্ম্ম শাস্ত্র চর্চা তৌব, মন্ত্র জপ তৌব, লাইগী পূজা তৌব অসিনাচংব শান্তি ওইব থবকশিং অসি তৌব ফৈ।

তৌইগুম্বহৈং বায়ু অগ্নি আকাশ তত্বগী মতমদ তৌবদি ফত্তে। পৃথ্বীজল তত্ত্বগী মতম য়েংলগ তৌগনি। মথাদ স্বর তত্বগী অহুপ্প ... শন্দোক্ত ইরক্লি।

বারিগুম্ব মতমদ য়াম্ব লাপন চৎথাকউবগী ... অফিসনচিংব কাবনদগী য়ুমদ হনগে থ... স্বর য়েংলগ স্বরন ওয়েরোমদ নৈরিবৈ মতমদ যাত্রা ... লাক্লবদি মরম ... মঙ্গল ওইগনি লপিদ থুদোংথা ... থোক্লোই। ... স্বরন য়েংলামদ নৈরিবৈগী মতমদ ... তৌরক্লবাদ মাখেলদ য়ৈথাই খিঙ্গাইদ থংন চৈনবা পাওনত্রগ ... থুদোংথীব থোক্লব য়াই।

য়েংলমদ স্বরন নৈরিবৈগী মতমদ
কারি কারি তৌগান।

স্বরন য়েংলোমদ নৈরিবৈগী মতমদ ঈশ্বর তত্ব, ঈশ্বরগী যন্ত্র শাব শাস্ত্র অধ্যয়ন তৌব, যোগ সাধন তৌব, চিঠী ইব, নিংখো উনব, চাক চাব হিদাক চাব, ... শাজেল তৌব, লাইহরিক

চিনফা পুনব পাব লান চৎপ, যোগিনী, ভুটনচিংব ফংনব সাধন তৌব, বিদ্যাতানশিনবনচিংব অফব মঙ্গলগী থবক পুম্নমক অসি তৌহৌব কৈ। মহুন থবক খুদিংমক মঙ্গল ওইগনি। তৌইশুম্বনুং বায়ু, অগ্নি অমসুং আকাশ তত্ত্বগী মতমদদি তৌব ফজে, পৃথ্বী অমসুং জল তত্ত্বগী মতম য়েংলগ থবক খুদিংমক হৌরগ তৌগনি মতৌ অসিগুম্ন তৌহৌরবদি থবক খুদিংমক মঙ্গল ওইগনি।

(ক) স্বর য়েংলোমদ লৈরিবৈগী মতমদ শাইরিক চিনফা পুনব পারবদি য়াম্ন থুনন্না ফাগনি অহুগ কাওবন্না কাওরোই। অহুগ স্বরন ওয়রোমদ লৈরিবৈদ পারবদি চিনফা পুবন্না বাগান, অহুগ খরদং লাখিব অহুন্না য়াম্ন থুন কাওখিগনি। য়েংলোমদ লৈরিবৈদ পারবদি য়াম্ন থুনন্না চিনফা পুগনি অহুগ কাওবন্না কাওরোই

অফবা থবক খুদং মক্কা মঙ্গল
ওইনবা পান্থে।

করিগুম্ব থবক অমগীদমক চাথে কে থম্নবদি অহানবদ স্বর য়েংগনি অহুগ স্বরন্না চনিংতান চিংশিল্লগ ভাইহাক্তং ফমথগনি। অহুগ স্বরন চৈব মাইকৈরোমগী খোঙন হাম্ন থাংলগ মথক্ত পনাগ্রব মুমিৎ অহুগী হকচাংগী শরক অহু পাম্নরগ চথোকনি। করিগুম্বদ মী অমগ অরুব বা অম ভাঙননবগীদমক চৎপ তারবদি মফম অহু য়োরগ মাবু নঙগী স্বরন চৈব মায়কৈরোমদ থম্নগ ভাঙনরবদি মঙ্গল ওইগনি। অহুগ যাত্রাগী মতমদ স্বর তত্ত্বগী য়েরুব মায়কৈদি খঙন চংকদবনি। স্বর তত্ত্বগী য়েরুব মাইকৈগী অকুপ্প মরোল মথাদ পীরক্নি।

হরানব, লৌনম তৌগনব, মপূক ফত্তব মীগা উম্নহন অরুব বা অম ভাঙনগে, মাগী মপুক শুমহৎকে খম্লবদি নঙগী স্বর কুনব মাইকৈগী খোঙন হাম থাংলপ যাত্রা তৌগনি। অত্থগ মফম অত্ত যৌবগ মাবু নঙগী স্বরন লৈব মাইকৈগী খুৎন সম্মান তৌগনি, অত্থগ নিঙথিন ফমথরগ মাবু নঙগী স্বরন কুনব মাইকৈবানদ থংহম্নগ বা ভাঙনগনি। মতৌ অসিগুম্ন তৌববদি মাগী অশাওব পুম্নমক ঈংথখিহন নিঙথন বা ভ ভনব য়াংগনি অহুগ লোয়নন থবক পুম্নমক মঙ্গল ওইগনি।

ফরিশুমদ থবক বান শুরুব নম্রগ কম শাংন চংশুবদগী হুকচাং যাম্ন চোকথরবদি য়েৎলোম্ন যাতারগ মতম খবদং পুথাই অমুক তুমিন্ন পোত্থারগ লৈয়, ভাইংাকী মংদ চোকথরম্ব অপুম্ব য়াম্ন থুন কোকথিগনি।

স্বর তত্ত্বগী অকুপ্প মরোলশিং।

নাদ য়েক্তন লৈব মী অমগী নোংমগী ঘং ২৪ অসিগী মম্নুংদ হোল্লিব স্বর অসি য়েৎলোমদ পুং ১ ওয়রোমদ পুং ১ পুং পুং খুদিঙগী য়েৎ ওয় ওম্ন ওম্ন হোল্লিবনি। পুং ১/১ অসিগী মম্নুংদ তত্ত্ব মঙা মঙা থোক্ন খায়দোক্লি (১) বায়ু তত্ত্ব (২) অগ্নি তত্ত্ব (৩) পৃথ্বী তত্ত্ব (৪) জলতত্ত্ব (৫) আকাশ তত্ত্ব মঙা অসিনি।

(১) বায়ু তত্ত্ব (নুংশিৎকী তত্ত্ব) পল ২০ (মিনিট) ৮।

(২) অগ্নি তত্ত্ব (মৈগী তত্ত্ব) পল ৩০ (মিনিট) ১২।

(৩) পৃথি তত্ত্ব (লৈপাকী তত্ত্ব) পল ৫০ (মিনিট) ২০।

(৪) জল তত্ত্ব (ঈশিংগী তত্ত্ব) পল ৪০ (মিনিট) ১৬।

(৫) আকাশ তত্ত্ব (আতিয়াগী তত্ত্ব) পল ১০ (মিনিট) ৪।

মুমিৎ হেক থোকপদগী ঘড়ি অমদ য়েংলগ তত্ত্বগী অচুম্ব মতম লেপ্পয়াগনি। পুং হেক হৌবদগী বায়ু তত্ত্বগী মতম মিনিট ৮ মথংদ অগ্নি তত্ত্বগী মতম মিনিট ১২ মথংদ পৃথ্বী তত্ত্বগী মতম মিনিট ২০ মথংদ জল তত্ত্বগী মতম মিনিট ১৬ খ্বাইগী অরোইবদ আকাশ তত্ত্বগী মতম মিনিট ৪ পুনশিলগ মিনিট ৬০ পুং অমনি। পুং হেক হৌরকপদগী বায়ু অমসুং অগ্নিগী মতম মিনিট ২০ কায়থোকখ্রগ পৃথ্বী অমসুং জল তত্ত্বগী মতম মিনিট ৩৬ অদুগী মমুংদ অফব থবক খুদিঙমক তৌহৌব ফৈ, অদুগ খ্বাইগী মমৈ আকাশ তত্ত্বগী মতম মিনিট ৪ অদুদ করিগুম্ব থবক অমত তৌব ফত্তে। মরম অদুন পুং ১গী মমুংদ অফব থবক হৌরগ তৌগে হায়রবদি পৃথ্বী অমসুং জল তত্ত্বগী মতম মিনিট ৩৬ অদুগী মমুংদ তৌহৌবন থবক খুদিঙমক মঙ্গল ওইগনি। অকোনব আকাশ তত্ত্বগী মতম মিনিট ৪ অসিদদি সঙ্কির্ত্তন, নাম শোন্দুন লৈবন খ্বাইদগী ফৈ।

মচুন তত্ত্ব তাকপ।

১। বায়ু তত্ত্ব মিনিট ৮ অতিয়া মচু।
২। অগ্নি তত্ত্ব মিনিট ১২ অঙাঙবা মচু।
৩। পৃথ্বী তত্ত্ব মিনিট ২০ নাপু মচু।
৪। জল তত্ত্ব মিনিট ১৬ অঙৌব মচু।
৫। আকাশ তত্ত্ব মিনিট ৪ চুমথাং থানব মচু। মচু তরেৎ।

মহাওন তত্ত্ব খুতনব।

(১) বায়ু তত্ত্ব মিনিট ৮ অছিনব মহাও। অছিনব পুং।
(২) অগ্নি তত্ত্ব মিনিট ১২ অখাব মহাও। অখাব পুং।
৩। পৃথি তত্ত্ব মিনিট ২০ অথুম মহাও। অথুম পুং।
৪। জল তত্ত্ব মিনিট ১৬ ফরু থুম মহাও। অথুম পুং।
৫। আকাশ তত্ত্ব মিনিট ৪ মহাও যাওবব, য়াম্ন ফকপ। অফকপ পুং

তত্ত্বগী য়েক্রবা মাইৈক।

১। বায়ু তত্ত্ব মিনিট ৮ মাইৈক ৩বং য়েক্রবন মখা মাইকৈনি।
২। অগ্নি তত্ত্ব মিনিট ১২ „ মখা „ অবাংনি।
(৩) পৃথি তত্ত্ব মিনিট ২০ „ নোংচুপ „ নোংপোকনি।
(৪) জল তত্ত্ব মিনিট ১৬ „ নোংপোক „ নোংচুপনি।
(৫) আকাশ তত্ত্ব মিনিট ৪ „ চিংখৈ, মোইরাং য়েক্রব কৌক্র মৈরমনি।

* অছিনব পুং, অখাব পুং, অফকপ পুংগী মতমদ করিগুম্ব অফব মঙ্গলগী থবক অমত তৌব য়াদে। অথুম্ব পুংগী মন্নুংদ তৌগনি।

করিগুম্ব অফব থবক হৌরগ নক্রগ বাত্রা তৌগে খল্লবদি চংলমদাইদ চংকদৌরিব মাইকৈ অহুগী তত্ত্ব অহুগী য়েক্রব মাইকৈ য়ুম্ন য়েংলগ চংকনি, তত্ত্ব অহুগী য়েক্রব মাইকৈদদি কদৌকৈদম্ব চংকম্ন। চংলুম্নবদি অবাব খুদোংথীব নংগনি। থবক হৌরমদাইগী মতমদ

অথুম্ব পুংগী মচুংদ তৌহৌগনি, অককপ, অথাব. অচ্ছিনব পুংগী মতমদদি যাত্রা তৌব, অকব থবক অমত তৌব ফম্দে।

তত্ত্বদুগী মতমদ হুকচাংদ ফাওরকপ

পুনশিং।

১। বায়ু তত্ত্বগী মিনিট ৮ মতম অহুদ হুকচাংদ পেনব ফাওগনি।
২। অগ্নি তত্ত্ব মিনিট ১২ ,, ,, পুক্লিংদ ইকাইব পোক্কনি।
৩। পৃথ্বি তত্ত্ব মিনিট ২০ ,, ,, অকিব পোক্কনি।
৪। জল তত্ত্ব মিনিট ১৬ ,, ,, অপাম্ব, মিহৌব পোক্কনি।
৫। আকাশ তত্ত্ব মিনিট ৪ ,, ,, অরাব বাখল পোক্কনি।

তত্ত্বদুগী মতমদ তৌগদব থবকশিং

১। বায়ু তত্ত্বগী মতমদ তৌরুব থবক থুদিঙমক অমাঙবনি তৌব য়াদে
২। অগ্নি তত্ত্বগী মতমদ মীবু শুমহৎনব লাইবা তিনবা শাম্নব কৈ।
৩। পৃথ্বী তত্ত্বগী মতমদ লেঙলোইদব অকব থবক থুদিঙমক তৌহৌগনি।
৪। জল তত্ত্বগী মতমদ চৎপগী থবক থুদিঙমক তৌগনি।
৫। আকাশ তত্ত্বগী মতমদ হরিনাম জপ, যোগ সাধন তৌগনি।

তত্ত্ব থবক খঙনবা অহানবা

পাঠ ম।

মিংশেল অম মাঙদ থারগ মথক্ত খর নিঙথিন কামশিল্লু অহুগ তারিব মনিলশিং অহু নিঙথিন য়েংউ। মনিলশিং অহু কোইরপ তৌন মাঙগ্রবদি পৃথ্বী তত্ত্বনি। থা মচেৎ মচেৎ শান

মাংখ্রগ জল তত্ত্বনি। ত্রিভুজ কোন অহুম ওইন মাংখ্রগন অগ্নি তত্ত্বনি। লৈচিন তাকথিবগুম্ন মাংখ্রগন বায়ু তত্ত্বনি। বিন্দু বিন্দু ওইন মাংখ্রগন আকাশ তত্ত্বনি।

অনিগুব পাঁয়ে

চিন থম্ন ঈশিং উম্নগ মুমিৎলোমদ ফ্র, ফ্র, কামথোকউ. চুমথাং খানবগুম্ন উ'রিব অহু মুম্ন য়েংউ। পৃথ্বী তত্ত্বন নাপু মচু ভাক্ত ওইন উগনি। জল তত্ত্বন অংৌব মচু ভাক্ত ওইন উগনি। অগ্নি তত্ত্বন অভাঙব মচু ভাক্ত ওইন উগনি। বায়ু তত্ত্বন শংবান মচু ভাক্ত ওইন উগনি। আকাশ তত্ত্বন মচু তরেৎ গুন চুমথাং খানবগুম্ন উগনি।

অহুমগুব পাঁয়ে

য়াংলেন শরু য়াম্ন ভিংন খোঙ্গাই চম্ন যম্নগ থুবী অনিমক্ত নাকোং অনিমক মেনশিল্লো। থু'য়াই অনিন নাতোল মথুল অনিমক. থুংনিংখো অমস্নং থুংনাওবী অনিমক্ত চিনবান মেনশিল্লো। মিৎ অনিমক উইশিল্লগ কবি উবগে য়েংউ। য়েংবদ নাপু মচু ভাক্ত ওইন উরগ পৃথ্বী তত্ত্বনি। অংৌব মচু ভাক্ত উরগ জল তত্ত্বনি। অভাঙব মচু ভাক্ত উরগ অগ্নি তত্ত্বনি। অতিযা মচু ওইন উরগ বায়ু তত্ত্বনি। চুমথাংগুম্ন মচু তরেৎ পুম্ন উরগ আকাশ তত্ত্বনি।

মরিগুব পাঁয়ে

চিনদা চা. মৈথু. অথুব. অয়াকপ. চুরুপ বিড়িনচিংব অমত থরুব মহাওগী পাঙ্গলতন তত্ত্ব লেপ্প য়াগনি। তুমিম্ন অতোপ্প

রাখল থাদোল্লগ কনি মহাও ফাওরকপগে হায়ন য়েজনি। অথুম মহাও ফাওববদি পৃথ্বী তত্ত্বনি। ককতক থুমতক,, ওইন কাওরগ জল তত্ত্বনি। অথাব মহাও ফাওরগন অগ্নি তত্ত্বনি। অছিনব মহাও ফাওবগ বায়ু তত্ত্বনি। ইচম চম মড'ও য়াওদব কাওরগন আকাশ তত্ত্বনি।

মত্তাগুর পাহি।

অতোপ্প অম'ত তৌদন তুমিন্ন কমহ্নন লৈরগ করি করি কাওরকপগে হায়ন যেংই। অকিব নত্রগ মুডাইব রাখল কাওরল্লগনি পৃথ্বী তত্ত্বনি। অপাম্ব, মিহৌব কাওরবদি জল তত্ত্বনি। ইকাইব রাখল পোল্লগ অগ্নি তত্ত্বনি। পুক্লিং ইপেন পেনব কাওরল্লগ বায়ু তত্ত্বনি। ইখঙ খঙহৌদন অরাবগী রাখল লাক্রবদি আকাশ তত্ত্বনি।

তরুকগুব পাহি।

য়াম্ন কুপত্রব উচেক মতু নত্রগ নিঙথিন কাপথোক্লব লশিং নত্রগ তেরা মফোল থর নত্রগ য়াম্ন পাত্রব চে ওইরবন্ন নাতোল মথুলগী মপাদ থল্লগ তপন তপন স্বরহু হোম্দোকউ, স্বর অহুব খুদোল তরানিথোইগী লমদ য়ৈররবদি পৃথ্বী তত্ত্বনি। খুদোল তরাতরুক য়ৈররগন জল তত্ত্বনি। খুদোল মরিগী লমদ য়ৈরগ অগ্নি তত্ত্বনি। খুদোল নিপালগী লমদ য়ৈরগ বায়ু তত্ত্বনি। পুমচাই চাইন মাইকৈ মরিমক্ত য়ৈরবদি আকাশ তত্ত্বনি।

তরেংগুব পাম্বে ।

হোম্বোরকপ স্বর য়েংলগ তত্ব লেপনবগী পাম্বে। পৃথী তত্বন ,নাতোল মথুলগী ময়াইদ চপচান থোরকনি । জল তত্বন নাতোল মথুলগী মখারোমদ হাইথন চপ চান থোরকনি । অগ্নি তত্বন মথকলোমদ হাইগংন থোরকনি । বায়ু তত্বন নাতোল মথুলগী মতাইমামদ থোরকনি । আকাশ তত্বন নাতোল মথুলগী মাইকৈ মরিমক্ত ইচাই চাইহন থোরকনি ।

নিম্মাহংগুব পাম্বে ।

পৃথী তত্বগী মতমদ স্বর অসি নাতোল মথুলগী ময়াইদ চপ চান মতুম তান শাতক তৌন থোকনি অহুগ লোয়নন মখোল লুমগনি । জল তত্বগী মতমদ স্বর অসি য়ায় ঈঙন য়াম থুন নাতোল মথুলগী মখা রোমদ হাইথরগ থোরকনি । বায়ু তত্বন স্বর ঈংলপ্ন নাতোল মথুলগী নাকল ওইন লৈয়ন লৈয়ন থোরকনি। অগ্নি তত্বন স্বর ষাম শান নাতোল মথুলগী মথকলোমদ হাইগংন থোরকনি। আকাশ তত্বন নাতোল মথুলগী মাইকৈ মরিমক শোক থোরকনি। হৌজিক্তি তত্ব লেপ্নব অন্নায়ব পাম্বে পুন্নমক পীরবনিন ইশা ইশান মুন্ন য়েংলগ তত্ব খুদিঙমক খঙব ঙমগনি । স্বর তত্বু নিঙথিন খঙলবদি তত্ব য়েংলগ থবক খুদিঙমক তৌরবদি মঙ্গল ওইগনি ওয়রোই হায়ব পুন্নমক ইরাই লায়না খঙব ঙমগনি।

মতম শাংন হুকচাং নাদ য়েক্কন অয়েং তাদন লৈননবগী পাম্বে।

অয়ুক মুংথিল অনিমক্ত স্বর অসি ওয়রোমতদ অমমুং অহিংগী

মতমদন য়েৎলোমতদ স্বর অসিবু হোলহন্দুন থম্ব ওয়বদি মতম খুদিংমক্ত চহি ২০ গী বয়সতা অহুম লৈব য়াগনি। চহি ৮০ গুপ্রবমু চহি ২০ গী পাখংগুম্ন লৈব য়াগনি।

মহুগী উপাযদি অযুক মুংথিন্দ নাত্তোল য়েৎলোমথংব অসি লশিংগী মতুম অম তারগ নিংথিন মেনশিন্দুন থম্নগ স্বর অসি ওয়রোমদ হোন্দুন লৈনব লাক্লৌ। অহুগ মুংদাংগী মতমদন ওয়রোমথংব নাত্তোল অহু লশিং মতুম অহুম মেনাশন্দুন থম্নগ স্বর অসি যেৎলোমতদ হোন্দুন লৈনব লাক্লৌ।

তৌইগুম্বসং হাযরিব মওং মতৌ অসিদি অরাযব থবক্তি নত্তে। যুম পাম্নিব অভাংমুপী য়োক্সুন লৈরিব ঐখোইগীদি হাযরিব নিযম অসিদি ওয়থোক্তবনি।

ব্রহ্মচার্য চৎনুন মম্নম মকৈ থাদোক্লুন জঙ্গলদ যোগ সাধন তৌদুন "রো" ভাক্ত চাহুন লেপ্লব কাওবশিংগীদি নিয়ম অসিদি অরাযব ওইন থোকই। যোগীশিংন য়াংলেন শরুবু তিংন লৈনবগী দমক পদ্মাসন্দা ফম্নগ খুহুপ অম নম্রগ খুহুপ অমগ মগুং হায়বদি ইঞ্চি ১৮ "দগী ইঞ্চি ২২" কাওব শাংব অনানব উন শাব মতুম তাব, উ অহুগী মথক্ত থা মচেৎ শাব উ মকক অম পানশিন্নগ অযুক মুংথিন্দ য়েৎলোম থংব শেগ্রাক্ত শৌহুন লৈরগ খুৎ অনিমক থাদরগ থমই, মহুন অযুক মুংথিন্দ স্বর অনি ওয়রোমদ হোলহন্দুন থমই। অহুগ মুংদাংগী মতমদন ওয়থংব শেগ্রাক্ত উ অহুন শৌহন থম্নগ খুৎ অনিমক থাদহন থমই মহুন মুংদাংগী মতমদন

স্বর অহু য়েৎলোমতদ হোনহন্দুন থমই। অসিগুম্ব যদ্ব অসিবু "কাষ্ঠটিলক" হায়ন কৌই। কাষ্ঠটিলককী পাঙ্গলতম বোশীশিংন সুংদাংদ স্বর য়েৎলোমতদ অমুক হুংথিনম ওয়রোমতদ হোনহন্দুন থম্ব ওম্রিবনি।

ম্রাহং অমসুং পাওখুম

স্বর ওয়রোমদ নৈরিতৈদ মাগু অমসুং ওয়রোমদগী কনাগুব অমন বা হায়ররকপ অমসুং হংলকপ পুমমক অফব থবকীনি মকল ওইগনি। স্বর য়েংলোমদ নৈরিতৈদ তুং অমসুং য়েৎলোমদগী কনাগুম্ব অমন হায়ররকপ অমসুং হংলকপ পুম্ব অচুম্বনি মকল ওইগনি।

মাথন তৌরল হকচাংগী ঈ সেংবৰ
অহেংব অথিনব কোরুব পাম্ব

য়াংলেন শরু য়াম্ব তিংন খোঙ্গ্‌াই চল্লগ ফংখা, চিনবান অনি অসিন কাক মচিনগুম্ব চুমথোক্লগ য়ারোমদ স্বর অসি শিঃ শিঃ শিঃ শিঃ হায়ন তপন তপন চিংশিল্লো অহুগ চনিগুত্তান তিল য়োৎথরো। ওাইহাক্তং নৈরগ নাতোললোমদ তপন তপন স্বর থাদোকউ। মতৌ অসিগুম্ব অমুক অওনব অমসুং হুমিদাংবাই খুদিওমকী হুংশিং য়াম্ব শেংব মকমদ মিনিট ৫/৬ রোম তত্তন

তৌরবদি হকচাংগী ঈ পুম্নমক শেংগনি। অমুগা হকচাংদ অথিনব অরেংব লৈরম্ব পুম্নমক মাওখিগনি। করিগুম্ব পুক্ক চাশিল্লগ তৌবদি য়াদে, পুক হাওন লৈব মতমদ তৌগদবনি।

হুম্নিং তাগ্রবদি উ হৌরিব মখোঙদ ফমহুন মুংশিং লাংব নঙ্গগ যোগ সাধন তৌবসি তৌরোইদবনি। মরমদি হুমিৎন তাগ্রবদি অযুক মুংথিলগী মতমদ উপাম্বীশিংঅ চিংশিলম্ব 'ওক্সিজেন' মী মহুত্তা কার্বোনদাইওক্সাইদ "মখৈ থাদোরক্রপ মতমনি, মরম অহুক্বী মকম অহু মুংশিং শেংদে। মুংশিং শেংদবা মফমদ কদৌ ঙৈদহু তৌরোইদবনি। করিগুম্বদ মুংশিং চিংশিনব মতমদ হাকথি খন্দনব "ম্লাম চোকশিনগনি।

মতাং অসিদ অহুশুব তাঙ্কক
লোইরে।

পরিশিষ্টাংশ

মনা মশিংগী হিদাক কান্নব
ইমুংদ লিন চঙদনবগী পাম্ব।

পুষ্যানক্ষত্রন পানব মুমিত্ত শেত পুনর্নবা(বৃন্দাবন হবাইমত্তোল) গী মরা কুরূপ থম্নবদি ইমুং অহুদ কদৌইডেদনু লিন চঙলোই।

চহি অদুম লিম চিক্কনবগী
পাম্ব।

চহি-অমগী অম্বুবাচী,হোব মুমিত্ত শঙোম অনৌব চাহৌরবদি চহি অহুম লিম চিক্লোই।

বৈশাখ পয়লা তারিখ অমসুং শজিফু থাগী নোংম পানব মুমিত্ত নিম মনাগ হবাই মুছরিগ ফুংলগ অয়ুক্ত থকহৌরবদি চহি অহুমদি লিম চিক্লোই।

লিম চিকপগী হিদাক

কনাগুম মী অম লিম চিক্লে হায়ব তাবদ চংলগ হঙনি। লম্বেলদ তায়ব চেগাই অম খুল্লগ পুরকনি চেগাই মচেৎ মচা ওইরবশু য়াই। লং অহিংব লংজা তরেৎ চেগাই অহু পুনশিন্নগ লিম চিক্লিব মী অমুগী মথাংদ পুনশিন্দুন থম্নবদি লিনগী হ অহু

মথক্কলোম্বদ হাইগৎপ ওমদে ।

হিদাকঃ লৈবাক্ক মহুংদ লৈব তিম্ব্রোক অঙৌব অম ফারগ ইফি ১ শাংব মকক অম লৌরগ লফোই চম্পাকলা অমগী মহুংদ ফুমজিল্লগ পীজগনি, মহন হুন জ্ঞান মাওহন লৈরম্ব অহু য়াম্ন থুন জ্ঞান তাম্নকনি । অমুক পীঙ্গবদ ফত্রবদি অনিম্নক পীজরগ শোয়দন ফগনি ।

তিম্ব্রোক ফংত্রবদি কেগে মানবী মক্ক মহূ নিঙথিন খোক-তোক্লগ মুংদ য়াম্ন নঙন তক্লগ মমিৎ মিৎপান্দ লশিং তেপ অমন তপ্ন তপ্ন তৈবিগনি । ফম্নব মহুংদ নিঙথিন চামখোকপিগনি । অহুগ কেগে মানবী শিজিম্নম্নবদি য়াম্ন চেকশিনগনি, করিগুহৃদ মমিৎ মহুংদ চঙখিদনবা হোৎনগনি, চঙত্রবদি মিৎ শোকনি ।

লিম্ন চিক্লিব মী অহন মতম অমতদ অমুক্তদ মথা, মমুং, মমোই ঈথং থংহৌদন চিৎলবদি মী অহু হিংলম্নোই ।

হুই অঙাওব অমসুং লমহুইন
চিকপনী হিদাক

শগোল হিদাক অমুবগী মনাহ নিঙথিন গুগাম্নরগ মহিতোলা মথাই অম চিনি অঙাওব তোলা অনি মনগী ঘী তোলা অনি পুম্নমক অসি তিমশিন্নগ শঙোম অনৌব তোলা অনিগ য়াম্নরগ অহুক চাক চাত্রিচৈদ পীথকনি হিদাক অসিগী চাং অসিদি নিপা হুগী অহল হায়বদি চহি ১৫ দগী হেনবগীনি । অঙাং ওইরবদি

ভুংথাই থকনি।

মী অইদি নেশান পুমতাও তাওগনি অহুম নিংথিন ফাজিন্নগ খোমজিন তুমহনগনি। নিংথিন তুম্নব মতুংদ মিংকপ থোক্লগ অহু মাঙথিগনি। তাওব করব মতুংদ নিংথিন ঈরুকখোকহন্নগ কোম্মেং ৫/৬ নিংথিন যুম্ন ফুংলগ শাঙ্গোম অকম্বগ কোম্মেং অম্বগ চাক লোয়্নবা পীজগনি। এনছাং থুম থাকপনচিংব চিনি। মোরোক পীজরোইদবনি'

করব মতুংদ পুশ্রি অমদা কুমথহনিগ মথ্বাং কাওব ঈশিংদ লুপ্নগ ঈশিং মঙ্গুংদ মযুং হানব থেমদোকনি মযুং নিংথিম হান্নবদি মশাদ হ লৈত্রে অম্বগ ঈশিং মঙ্গুংদ মযুংহ হানব ম্রাত্রবদি মশাদ হ লৈরি হিদাক অমুক হন্না পীজগনি।

চহি অদুগী লাইথোকপনব

হিদাক

লৈপুংথাংগ মহৈ তোলা মথাই অম গোলমরিচ মত্ত অহুম নিংথিন তকথান্নগ নিংথিন য়ামশিন্নগ অমুক চানচিংব থক্তি, ঙৈগী মথাওদ পীথক্লবদি চহি অহুমদি লাইথোক্লোই।

শিংথাজ তিংথং পান্দব মপাল তৌদ তৌন শাংপ অহুগী মগ্না তোলা মথাই অম গোলমরিচ মত্ত অহুম নিংথিন হুং অমদ তকথাইন্নগ অমুক চাথক্তি, ঙৈগী মথাওদ পীথক্লবদি চহি অহুমদি লাইথোকপ অনাবহ তোরোই।

চহি অহুমগী কোলেরা তৌদনথ

পাট

শক্তিদুথা পানখৎলকপদ চিগোংদৈ মনম মুংশিব অহুমগী মক্ত মন ঈশিং খর হাপ্পগ মুংদ নিঙথিন চন্দোনগুম্ব তক্লগ অহুক চানচিংব থক্লিদৈঙগী মমাংদ পীথক্লবদি চহি অহুমগী কোলেরা হায়ব অনাবম্ব তৌরোই।

লাইহৌ ফনব হিদাক

মব হোন্দন উরিকশিবী মরা ফুক্লগ লং অহিংব লংজা তবেৎন ময়াইদ পুনশিল্লগ মুপীগীন ওয়খৎব মুপাগীন য়েৎথংব পান্থোমদ শিরবদি মতম নাইন হৌব লাইহৌ ফগনি।

অপরাজিতা অঙৌব মরা মব হোন্দন ফুক্লগ মনম লৈরিবমথৈ নাংতাল শুনাংদ মনুম মনম নমহন লৈগনি। মনম লৈত্রব মতমদ লং অহিংব লংজা তবেৎন ময়াইদ পুনশিল্লগ মুপীগীন ওয়রোম থংব মুপাগীন য়েৎথংব পান্থোমদ শিরবগু লাইহৌগু কৈ।

অকম অপুম্বগী হিদাক

অকম অপুম্ব হৌরবদি হামেৎ শম্পকপি মাঅম্ব খুদাপ অম নিঙথিন শুগায়রগ মহিদো লৌরো। মৈতৈ থুম অম মৈদ ঈক্লগ মহি অহুন থাদরো মতৌ অসিগুম্ব মুখিং হুখনি ‘মরিনি’ ভস্মন পীথক্লবদি অকম অপুম্ব থুন ফগনি।

অপরাজিতা অঙৌবগী মনাই নিঙথিন শুগায়রগ কী মচেৎ

অমদ নিঙথিন য়োমশিল্লগ মনম লৈরিবা মখে নাইতোল ওমাওদি নমহুন নমহুন লৈরবসু অরুম অপুম্বা ফগনি।

নোংম কেইগ নোংম হৌবা অরুম অপুম্বসু হৌগদবা মমিংনী অযুক অঙনবদা হায়েংগী শম্পাকপি অবাংওম্ব চৎপ মরাহু অনিখক্তং খুঙ্গুরগ মরা অমথক লং অহিংব লংজা তরেৎন ময়াইদ নিঙথিন পুনশিল্লগ মুপীগীন ওয়থংব মুপাগীন য়েৎথংব পাম্বোমদ শিবিয়ু। নোংঙাল্লগ অতোপ্প মরা অতুমন লং অহিংব লংজা তরেৎন ময়াইদ নিঙথিজন পুনশিল্লগ মখ্বাংদ শিবিয়ু। অরুম অহুন লেপক্লে হায়ন খঙলব মতুংদ পাম্বোমদ শিরিব, মখ্বাংদ পুল্লিব অহু লৌথোক্লগ থমউ। মথংদ অমুক হন্ন হোরক্লবদি অমুক হন্ন হান্নগুম মন্নহু শিবিগনি। মতৌ অসিগুম্ব তৌরবদি অরুম অপুম্ব ফগনি।

ঈশিং পুকচৎপগী হিদাক

মহৈ নিঙথিন পাল্লব হৈবোং অমগী খুবিমুক চাওবা মন্না অম ককথৎলগ অককপ মকম অহুদ কোম মচা অমা তৌরগা লিকলি মথুন খুব অম কোম অহুগী মন্নুংদ থম্লগা ককলিব মরা অহুগী মতোন অহু লিকলি মন্নুং অহুদ থিংজিল্লগ নোংম চুপন থমউ। নোংঙাল্লগ লৌথোক্লগ লিক্লি মন্নুংদ য়াওরিব মহি অহু আউঙ্গ অনি অনি থক্লবদি ঈশিং পুকচৎপ কগনি। চা থকপ চিনি চাব য়াদে হৈবোং মহৈহু হেন্নগ থুন্ন ফুৎলগ লুম্বু লুম্বু শাব মহি অহু কবোক অফাবগ লোয়নন অমুক থুদিংঙী থকদবনি।

অহুক চাক চারবহ্ হুংদাং হুংদাং চাক চাব য়াদে আটাগী ভল অহংব এনছাং শাককুম্বগ লোয়নন চাগনি। মতৌ অদিগুম চখরবদি ঈশিং পুকচংপ ক্যগনি।

ব্লদ প্রেসরগী হিদাক

ব্লাদ প্রেসার তৌবদগী কোক য়াম ভাওহব কোক সি ঈহ্'ই হাইহ্ন লৈরবদি উহৃল পাম্বী অমদ বাৰ্ডোন নিঙথিন তৌরগ নোংভারগ ঈক মায়থক্কব মতুংদ ঐগী মরন ৱেংলোমদ লৈরিভৈগী মতমদ ফুক্লগ মনা য়াওহল্লব মরা, মশা, মউ পুন্নক নিঙথিন গুগায়রগ থোইদিং অমুবগী থাওদ চয়োল অম ভিত্তনগ কোক অপুব শ্রু শ্রু নৈন ভৈব লবাইদ নিঙথিন হাপ্লবদি কোক ঐ হাইগংহ্ন্নে কোক ভাওব, কোক ইহাই হাইব ব্লাড প্রেসর ক্যগনি।

চানব হিদাকঃ— আয়ুর্ব্বেদকী হিদাক সারিবাদি সালসা চাং মাইন শীথকনি।

হোমিওপ্যাথিকী হিদাক :— কারডিয়োনোল, নত্রগ কারডিও- সের চাং নাইন শীথকনি। হুংদাং হুংদাং চাক চাব তোক্লগ ক্লুরদাইদ নসভোমিকা ৩০ মহ্ চাং নাইন চাগনি।

চাবনা থুম চাব য়াদে হঙ্গাম থাও চাব য়াদে। চফ্র্ৎ অরাবগী তোয়বোং, থবি চাগনি। ইরোম ভাগ্নি থাকপ চাব য়াগনি, ভাগ্নি চাব বেড়া নৈংভ, চা মচা মচাগী কাংশোম চাব য়াগনি অহগ

এমহাংব থুমগী শরুক্তি অমত্ত থাকপ য়াদে। ভুমব বাব পোং যৌনচিংবদি মতম খরদি ঙাকনি, চিনি চাব য়াব মীশিংন চিনি চাবয়াম কৈ হকচাংদ ঈশিং পলহনব য়াদে। উহে সেম, কমলা, লকোই, অবাথবী চান য়াম কৈ।

হকচাং নাপ্ কাবগী হিদাক

যোনদিস তৌরবদি কালমেঘ (ভুগতি মনা) মশা অপুম নিংথিন ফুংলগ থোইহি মতিকচান য়াম্নগ অয়ুক হমিদাংবাই নোংমদ আউন্দ মথাই অমমম থরুবদি যোনদিস য়াম থুন কগনি। ভুগতি মনা, মশা পুম্নমক নিংথিন ওপায়রগ রেক্টীফাইদ স্পিরিট ৬০ ওঃ পিঃ দা চয়োল অম নিংথিন তিংলো অহুগ নিংথিন চুমথোক্লগ ত্রোপ ১৫ দগী ২০ কাওব থোইহি চামচ অমগ য়ামরগ নোংমদ অনিরক থকদবনি। মসি চাং নাইন মতম শাংন পীথকনি। নোংমাংখা অছিনব ফুংলগ মহি থকপ নত্রগ ঙাখা ওমহাইগ থোংলগ চাগনি।

ঈশিংগী বেড়া তৌহুন হকচাংদ হুং লৈরবদি ঙাগী লাংত ওমহাইচাব কত্তে। হুন্নাই পেরুক নিংথিন ফুংলগ মহিহু চাংনাইন থকনি, অহুগ থুম যোয়োক থাক্লগ শিংজু চারবহ কৈ।

লাংথৈ, ফুংলগ থরবহ হুং তাপনি। অহুগ হৈত্রং মনা মুম ফুংলগ চিন্নি থংম থম্রবহ হুং অগনি।

মুঙ্গারৈ অঙৌব তিঙখং পানব অহুগী মরু নিঙথিন ফুরুগ ফজন শুগায়রগ চিনি অঙৌব হাপ্তন নিঙথিন ফুংলগ থরুবসু সুং ভাগনি। থাইনগী অহল লমনশিংন মুংবু কায়হন তারকই। হায়বদগী মুঙকায়রৈ খোলম্বনি। মুঙকাযরৈদগী থৈথরক্তুন মুঙ্গারৈ কৌবরিবনি।

রেঙশিনখিগনবা ঃ—

উ-বা০ মনা মশিঙ০ হিদাক লাংথরুচিংব লৈপাক্কগী হৌয়কপ পাম্বী থুদিঙমক অসি ইহান হ'নব জীব পানব শেমজিংৈদ তাইবং মু শেখিরির ভগবান জীবশিংগী চানব চাক্লাক অমসুং হিদাকীদমক্ত শেখিরগ থনম্বনি। মখোইমু ত'ইবংমীগুম মশাদ ঈ চেল্লিব মুংশাম্বর হোন্দোক হোম্বিল তৌহন লৈরিব মশাদ অনাব অবাব চৈনাখোল কাওরিব জীব পানব মর্মনি হারাসি লাইরিক অসিগী অহানবা তারুক নিছথিন য়াওরে।

মরম অহুন হিদাকশিং লৌবিগে হায়রবদি কৌগদব নোংম বাংলিঙ্গের মঙোম্দ বাঙোন অম তৌরগ খঙহনগদবনি। মরমদি নঙোম্দ তাইবং মপুন পীরকপ অনাবব্ কোকপিব ঙম্ব শক্তিহু নঙোম্দগী থর নিজগে হায়ন হায়জরমগ ইরু মায়থজরগ ফিশেং শেহুন মখোন্দ চঙলগ নঙোম্দগী ঙরৈং নিজরম অনাবব্ কোকপ ঙম্ব শক্তিহু থর পীবিরো হায়হন ঐগী স্বরন য়েৎলোমদ লৈরিঙৈগী মঙমদ হিদাক অহু ফুকপ নম্রগ হেরুগ শিজিন্নরদি অনাব থুদিঙমক শোয়দন কণুনি।

লোইরবা।

লেখকী কোংলবা লাইরিকশিং

১। শ্রীতুলসী মহাত্ম্য ... — — লুপা ১০ ০০
২। শ্রীশ্রীবৃন্দাবন মহাত্ম্য — — ... লুপা ১৫ ০০
৩। শ্রীশ্রীগৌরগুণামৃত — — ... লুপা ১৫ ০০
৪। তাইবং পুন্সিরোল অহানবা — লুপা ২০০০

মখং কোজদৌরিব লাইরিকশিং

১। তাইবং পুন্সিরোল ২ক্তবা (খোম্বা চৈনুখিবা)
২। শ্রীশ্রীরাধাকুণ্ড মহাত্ম্য (শ্রীচুরিলাল, চিরকিলাল)
৩। শ্রীশ্রীবৈরাগ্য নির্ণয় (শ্রীনরোত্তম ঠাকুর মহাশয়)
৪। শ্রীশ্রীপ্রেমভক্তিতরঙ্গিনী (শ্রীজীব জনার্দন)